中国影像门户网站
隆重推出

蜂鸟网
fengniao.com

唯美人像摄影攻略

蜂鸟网 主编

4 位蜂鸟网人像版版主 + 6 位资深摄影师联手打造

30 多位蜂鸟网摄影模特大赛获奖选手出镜，参与本书图片拍

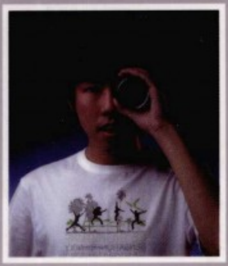
6 项基本功修炼 + 4 项专题实战，理论与实践全面提升

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

10位蜂鸟网人像版版主和知名摄影师与您分享他们的摄影经验和技巧



听蓝（赵洋）
人像摄影器材

沈括
人像摄影基本功

eale（秘光辉）
人像摄影构图

TOM（汤庆盛）
人像摄影用光

不给寂寞（赵阳）
人像摄影创意

Gliff（张海翔）
糖水片实战

柔软
夜景人像拍摄

Power88（崔坚）
人像棚拍探秘

JOMEN（李迅）
人像照片后期

幻影骑士（苏杭）
人像摄影色调

封面设计：胡萍丽

分类建议：摄影
人民邮电出版社网址：www.ptpress.com.cn

ISBN 978-7-115-21898-8
ISBN 978-7-115-21898-8
定价：69.00 元

唯美人像摄影攻略

蜂鸟网 主编

人民邮电出版社

北京

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

图书在版编目（C I P）数据

唯美人像摄影攻略 / 蜂鸟网主编. -- 北京 : 人民邮电出版社, 2010.2
ISBN 978-7-115-21898-8

Ⅰ. ①唯… Ⅱ. ①蜂… Ⅲ. ①人像摄影—摄影艺术 Ⅳ. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第226038号

内 容 提 要

本书诞生于蜂鸟网摄影模特大赛活动，由大赛评委也是具有丰富人像摄影经验的4位版主和6位人气摄影师编写，分别从人像摄影的器材、基础技法、用光、构图、色彩、创意和后期等方面进行了深入讲解，同时对于糖水片、夜景、棚拍等人像摄影专题实战进行了指导。蜂鸟网摄影模特大赛多位获奖模特参与了本书的拍摄。

本书适合数码摄影初学者阅读，也可供有一定基础的数码摄影爱好者参考。

唯美人像摄影攻略

◆ 主　　编　蜂鸟网
　责任编辑　尹　毅
◆ 人民邮电出版社出版发行　北京市崇文区夕照寺街 14 号
　邮编　100061　电子函件　315@ptpress.com.cn
　网址　http://www.ptpress.com.cn
　北京地大彩印厂印刷
◆ 开本：889×1194　1/16
　印张：13.25
　字数：361 千字　2010 年 2 月第 1 版
　印数：1 – 5 000 册　2010 年 2 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-21898-8

定价：69.00 元

读者服务热线：(010)67132692　印装质量热线：(010)67129223
反盗版热线：(010)67171154

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

蜂鸟网摄影模特大赛始创于2007年，开中国互联网模特选秀历史之先河。作为中国互联网行业内最具人气的摄影模特大赛，时至今日，蜂鸟网摄影模特大赛已成功地举办了两届，走过了三年的风雨历程。通过历届大赛及市场推广，发现并培养了一批批模特新星，这些佳丽们从全国各地走入了大众的视线，走进了时尚摄影师的镜头，走向了中国时尚界，蜂鸟网模特大赛推动了互联网的多元化发展，成为少女们通往模特界的梦想阶梯。

决赛现场

蜂鸟网"蓝魔杯"第一届蜂鸟摄影模特大赛

2007年5月蜂鸟网举办了第一届"曼妙和谐——蓝魔杯"网络模特大赛！大赛通过摄影透视摄影模特与摄影师之间"丽影与创意"的和谐，使人像摄影艺术在网络这个广阔的空间中尽情地展现。透视青春女孩阳光亮丽的特质，挖掘摄影模特新人，点燃有才华的年轻摄影师创作激情，彰显人像摄影的魅力。体现模特与摄影师之间和谐的艺术创造氛围。

大赛经过两个月的选拔，最后评选产生了冠军——麻文娟，亚军——阳子，季军——天天以及4个单项奖。

冠军——九音

2008青春风采大赛Miss ChinaJoy傲森杯第二届蜂鸟摄影模特大赛

2008青春风采大赛Miss ChinaJoy傲森杯第二届蜂鸟摄影模特大赛于2008年7月5日在北京世纪金源大酒店盛大落幕。这次规模空前的大赛历时两个半月，在北京、上海、天津、大连4个赛区进行选拔。经过层层筛选，各赛区3强勇闯决赛，最终有8名参赛选手勇夺冠军（九音）、亚军（穆丹）、季军（卡卡）和其他5个单项奖。

求书、找书就到http://ddong 5ddd.com

冠亚季军合影

蜂鸟网“傲森杯”第三届蜂鸟摄影模特大赛

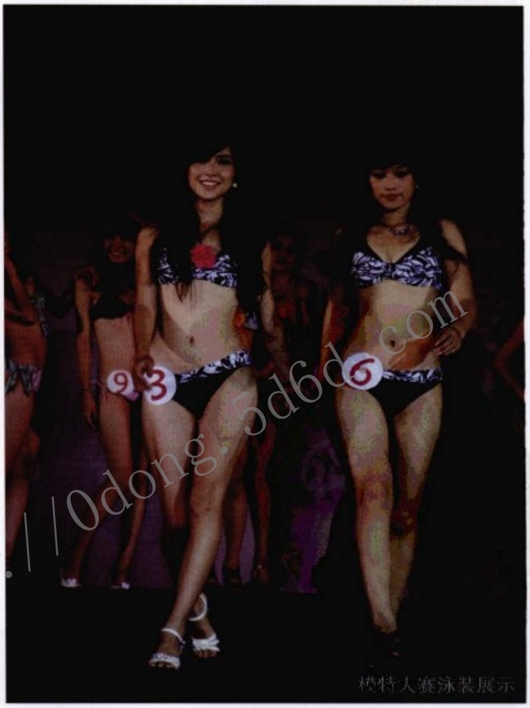
2009年蜂鸟网“傲森杯”第三届蜂鸟摄影模特大赛于2009年7月26日在北京健一公馆盛大落幕。

这次规模空前的大赛历时3个月，在北京、上海、天津、大连、深广、青岛6个赛区7个城市进行选拔。经过层层筛选，各赛区佳丽们勇闯决赛，最终有10名参赛选手勇夺冠、亚、季军和其他7个单项奖。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

冠军得主 韦敏

现场热情影友手持长枪短炮



模特大赛泳装展示

韦敏最终不负众望，在一轮轮的选拔中脱颖而出，摘夺了冠军的桂冠。

爱呆、耿子涵勇夺亚军和季军。选手久美子、木兰、灰姑娘、SUGAR、小猴子、宋晓宇、韩怡文包揽了最佳上镜奖、最佳网络人气奖、最佳潜质奖、最佳活力奖、最佳比基尼奖、最佳表现奖和最佳魅力奖7个单项奖。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

全国16强佳丽活力操展示

总决赛震撼人心的气氛和感人至深的场面让所有人动容，如余音绕梁，久不能绝。这是这次盛会带给我们更深层次、更珍贵的礼物。

模特们的路会继续走下去，模特大赛还会继续办下去。我们还将会在这种辛勤而乐观的耕耘中收获更多。相信，2010年又会获得一个大丰收。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

前言

看到摆在面前这本《唯美人像摄影攻略》样书的时候，心里突然感觉有点激动，这本期盼已久的图书终于可以介绍给大家了。

蜂鸟网作为中国影像第一门户网站，聚集了国内大量的优秀摄影师和众多的摄影爱好者，网站的浏览量和影像社区的发帖量均位居国内摄影类网站之首，人像摄影及相关内容更是网站人气最旺，用户关注程度最高的板块之一。

蜂鸟网摄影模特大赛现已成功举办了三届，为很多具有潜力的摄影模特提供了展示自我的舞台，也为模特与摄影师之间的合作创造了艺术氛围和潜在商机。借此机会蜂鸟网和人民邮电出版社合作推出了这本《唯美人像摄影攻略》，意在将蜂鸟网中凸显创作天赋的人像摄影师介绍给大家，与大家分享他们的拍摄经验和心得。透过欣赏他们的作品，阅读他们的器材应用，再配以详细的文字讲解，让大家共同感受摄影创作的魅力，提高自我的摄影水平。

本书的作者是蜂鸟网影像社区内人像版颇有名气的4位版主和6位在摄影界知名的人像摄影师，他们的作品都曾在众多网络媒体和专业摄影杂志中发表，受到广大摄影爱好者的一致好评。本书内容包含了人像摄影从器材、构图、用光、色彩、后期等基础概念，到糖水片、夜景、棚拍等实战技法，同时，还对创意理念、构思等进阶内容进行了阐述。为了编写本书，各位作者都把他们多年积累的知识和经验反复斟酌，力争做到通俗易懂，并且专门为书中的相关内容拍摄了大量样片，还提供了很多以往拍摄的优秀作品配合讲解。书内配图的模特均为在历届蜂鸟网摄影模特大赛中获奖的模特。

翔实的内容，细致的讲解加上精美的样片，可谓是一本上好的人像摄影实操教科书，看后定能让众多人像摄影爱好者和摄影玩家的摄影水平有一个质的飞跃，感悟摄影精华。

最后，我代表蜂鸟网感谢各位作者为本书付出的无私分享，感谢各位蜂鸟模特的精彩表现，感谢本书统稿人陈瑞（月之暗面）的辛勤劳动。今后我们将奉上更多汇集蜂鸟网内优秀摄影大师的创作理念与摄影经验的书籍。

蜂鸟网总经理 王卫平

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

[Nikon D700, AF 85mm f/1.4D, f/1.8, 1/400s, ISO 200]

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

目录

第一章 人像摄影器材

1.1 选择什么样的相机……2
全幅好还是APS好……2
不同品牌相机拍人像有没有差别……4
像素是不是越高越好……5
取景器的大小有没有影响……6

1.2 不同类型镜头拍摄人像的特点和不足……7
从标头入手……7
怎么拍出背景虚化的照片……8
如何拍出修长的感觉……9
定焦是不是比变焦好……10

1.3 如何根据题材选择镜头……11
能够涵盖更多环境元素的镜头……11
常规肖像必选标准变焦镜头……11
拍大头照的首选镜头……12
高速镜头是抓拍人物动作的利器……13

1.4 器材到底重要不重要……13

1.5 除了相机和镜头，还需要些什么……14

第二章 人像摄影基本功

2.1 熟悉你的相机设置……18
影像尺寸……18
不要犹豫！用RAW格式拍摄……18
拍摄模式……18
照片风格……19
感光度(ISO)设置……19
测光方式……19
直方图和高光提示功能……20
对焦方式选择……20
根据模特姿势选择对焦位置……20

2.2 一切从正确曝光开始……21
正确曝光的5大窍门……21
不要“依赖”直方图……21

2.3 轻松、自然的开始——交流……21
三种捷径打破沉寂……21
拍摄有故事的照片……22
捕捉自然的动作——抓拍……23

2.4 人像美姿……25

2.5 我们经常犯的错误……26
带上足够的“粮食”……26
避免“头顶开花”……26
提升你图片吸引力的几大绝招……27
丰富你的色彩……28
营造立体空间……29
背景选择……31
忘掉所有构图法则……32

第三章 人像摄影构图

3.1 让你的人像摄影构图更舒服……36
保持一颗对外物感兴趣的心……36
学会观察……36
从最简单的做起……36
让你的画面变得更简洁……41
让你的画面可以容纳更多的元素……43

3.2 人像摄影构图中其他需要注意的方面……44
透视与变形……44
重叠和框架的应用……46
前景背景的关系……47
大小关系……48

求书、找书就到http://pdong.5d6d.com

色彩的情绪……49
黑白摄影的构图……50

3.3 非常规构图……51

胆子再大一些……52

3.4 模特情绪及动作与构图的关系……54

人物的动作关系……54
人像摄影的最大特征就是：
主题是人，而人是有情绪的……55

3.5 构图的节奏……56

美好的音乐旋律和节奏……56

第四章 人像摄影用光

4.1 光线是照片成功的基本要素……60

寻找理想的光线……60
学会人为改变光照……61

4.2 光线也分软硬派……62

柔和的光线表现女性的美丽……62
用硬朗的光线突出个性……64

4.3 常见人像用光实例……66

最有把握的光线……67
从侧面突出线条……68
挑战逆光……69
避免顶光造成的阴影……71

4.4 巧用不同天气和时间的光线……72

阴天是巨大的柔光箱……72
早晨和傍晚的光线最迷人……73
善于利用窗户的光线……74
别只注意了光而忘了影……75

4.5 补光的技巧……76

用好反光板也有技巧……78
没有反光板怎么办……80
白天同样需要闪光灯……81

第五章 人像摄影色调

5.1 白平衡与色彩还原……84

5.2 色彩搭配……87

渐进配色……88
协调色搭配……89
蓝色与红色的搭配……90
单重点配色……91
补色配合……91
冷暖色调……93

5.3 夜景人像——人造光源与色彩……95

5.4 黑白，永远的经典……97

5.5 后期调色……99

第六章 糖水片实战

6.1 糖水片为何人见人爱……102

6.2 糖水片要素之美景……104

美丽的公园……104
繁华的商业街……105

6.3 拍出不同的感觉……108

6.4 女孩和小熊的故事……117

小熊让女孩心情放松……118
让姿势变化多样……119
自然状态下的表情流露是最美……120

6.5 几组主题外拍作品……121

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

第七章 夜景人像拍摄

7.1 拍摄之前做好准备……126
选择合适的地点……126
检查你的器材……127
服装要以浅色为主……127
深色服装也能拍夜景……128

7.2 相机参数设置……128
善于利用相机的高ISO性能……128
大光圈镜头优势体现……129
有三脚架怎么拍，没有三脚架怎么拍……131
通过白平衡表现夜晚的五光十色……132

7.3 如何利用环境光……134

7.4 使用闪光灯或者外拍灯拍摄……135
离机引闪的拍摄风格……135
机顶闪的拍摄风格……136
有条件可以用多支灯……136

7.5 拍摄花絮……137

第八章 人像棚拍探秘

8.1 棚拍人像的器材和技术准备……140
选择什么背景比较合适……140

8.2 没有测光表，怎么设置我的相机……141
用最低感光度拍摄……143
常用光圈和快门组合……143
最好使用手动白平衡……143

8.3 认识一下影室灯……144
影室灯的同步速度……145
怎么调节输出功率……145
拍到全黑的照片是怎么回事……146

8.4 这些附件是干什么用的……147
柔光屏……147
柔光箱……147
柔光柱……148
柔光伞……148
反光伞……148
蜂巢和束光筒……148
滤色片……149

8.5 影棚人像现场实拍……150
从拍摄高调人像开始……150
逐步学会控制灯光的比例……151
暗调人像灯光布置……152
用单灯拍摄个性人像……153
用高速闪光凝注变幻莫测的物体……154
照亮头发和背景……154

8.6 拍摄花絮……155

第九章 人像照片后期

9.1 人像照片后期修饰完整流程……160
改变透视……161
色彩调整……162
降低饱和度……163
增强颜色……163
调节色彩平衡……164
素材合成……165
利用蒙版擦出背景……165
调整局部曝光……166
色阶调整……168
图像锐化……168

9.2 人像照片后期图像合成详解……169
使用钢笔工具选区……172
污点修复……172
利用蒙版处理边缘……173

求书、找书就到http://0dlong.5d6d.com

编辑形状······173
增加阴影······175
本组其他照片欣赏······176

第十章 人像摄影创意

10.1 素命······180

构思······180
造型······181
道具······182
用光······183
拍摄过程······184
总结······184

10.2 我们都是梦想家······185

构思······185
造型······186
道具······186
用光与色彩······187
拍摄过程······188
影子的作用······188
总结······188

10.3 落夜·梦的光辉······189

构思······189
服装和造型······190
道具······191
用光与色彩······192

10.4 游戏人物······194

构思······194
服装和造型······195
道具······196
场景选择······196
拍摄过程······197
色调与后期······199

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

第一章
人像摄影器材

本章作者：赵洋
蜂鸟ID：听蓝

中级摄影师，北京博路映像摄影图片有限责任公司首席摄影

服务过的杂志媒体客户包括：《名仕》、《瑞丽》、《数码》、《计算机精品世界》、《中国摄影》、《摄影之友》、《夜北京》、《典范》、《男人志》、《数字生活》等。

服务过的商业客户包括：长江商学院、索尼（中国公司）、电通广告公司、一汽丰田汽车（普瑞维亚）、荣威汽车750、英非尼迪、北汽集团控股公司、爱国者数码产品、戴梦得珠宝、百度公司、奔驰汽车重型卡车（中国）有限公司、德高（法国）中国有限公司、地铁通城广告有限公司、惠普（中国）、华谊兄弟、黄金档艺人经济有限公司、木北发社等。

服务过的个人客户包括：郎咸平、陈坤、李冰冰、姚晨、李艾、阿朵、秦岚、张莉、黄觉、霍思燕、苏醒、朱轶等。

不管是人像摄影爱好者还是专业人像摄影师，在开始涉足人像摄影之前，都有一个器材选择的问题。专业摄影师通常对摄影器材有比较明确的需求，知道自己应该购买哪些器材。而对于广大初级摄影爱好者或者准备加入这个行列的人来说，器材选择是入门的第一步。面对市场上琳琅满目的相机和镜头，很多人感觉无从下手。针对人像摄影这个题材，很多人在购买器材时也有不少疑问。下面我就把自己拍人像片过程中对器材的体会和大家做一些交流，希望能给大家一些有用的建议。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

1.1 选择什么样的相机

全幅好还是APS好

为什么把全幅和APS的问题放在第一个，是因为关于这个问题的争论由来已久。对于大部分玩家来说，两者的优劣性应该已经比较明了，但是有很多入门用户或者准备加入摄影玩家群体的人来说，我们还是应该先交代一下概念。

135相机胶片的成像面积大约是36 × 24 mm，所以我们把数码单反相机感光元件尺寸是36 × 24 mm的叫做全画幅（Full Frame）相机。APS是“Advance Photo System”的缩写，直译为“先进摄影系统”，是1996年由FujiFilm、Kodak、Canon、Nikon、Minolta五大公司联合开发的，在原135规格的基础上进行了改进，缩小了胶片尺寸。后来的数码单反相机借用了APS这一概念，把感光元件尺寸接近24 × 16 mm的都叫做APS-C画幅。Canon还有一种感光元件尺为28.7 × 19.1 mm的叫做APS-H画幅。

[Nikon D3, AF-S 14-24mm f/2.8G | 24mm, f/5.6, 1/320s, ISO 200]

Nikon D3全画幅数码单反相机

因为以前的镜头都是按照胶片的尺寸设计的，所以正好符合全画幅数码单反的机身规格。而用在APS-C机身上的时候，因为存在感光元件尺寸的问题，焦距就要乘上一个系数。一般尼康和索尼乘以1.5，佳能乘以1.6。APS-H机身上是乘以1.3。乘得的结果称为“等效焦距”。这样的话，一支24-70mm的标准变焦镜头就变成了36-105mm（Nikon）或38-112mm（Canon）了。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

从成像结果来看，APS机身所成的像相当于从全幅成像的中心截取了一部分。所以全幅和APS在使用同一支镜头、同一挡光圈、处于同一位置的情况下，两者的透视是一样的，得到的景深也是一样的，区别在于全幅的视角更广一点。但是在使用同一支镜头的同一个焦距，进行相同的构图时，APS上的景深要大于全幅，虚化程度要小于全幅。

[Nikon D200, AF 85mm f/1.4D, f/2.8, 1/200s, ISO 200]

Nikon D300 DX格式(APS-C)数码单反相机

[Nikon D700, AF-S 70-200mm f/2.8G | 70mm, f/4, 1/160s, ISO 200]

所以大可不必为此争论不休。全幅机身在镜头选择方面没有焦距系数的顾虑，感光元件尺寸大对成像效果也有很大的提升，当然应该成为高级发烧友或者专业用户的首选。只不过目前全幅机身还是定位在专业级，价格相对较高。对于普通人像摄影爱好者来说，如果APS-C机身能够满足你的拍摄需要，现在也有很多专门为APS机身设计的镜头，就不必为追求全幅而烦恼，用好你手中的相机，努力提高自己的技术才是正道。

求书、找书就到http://0dong

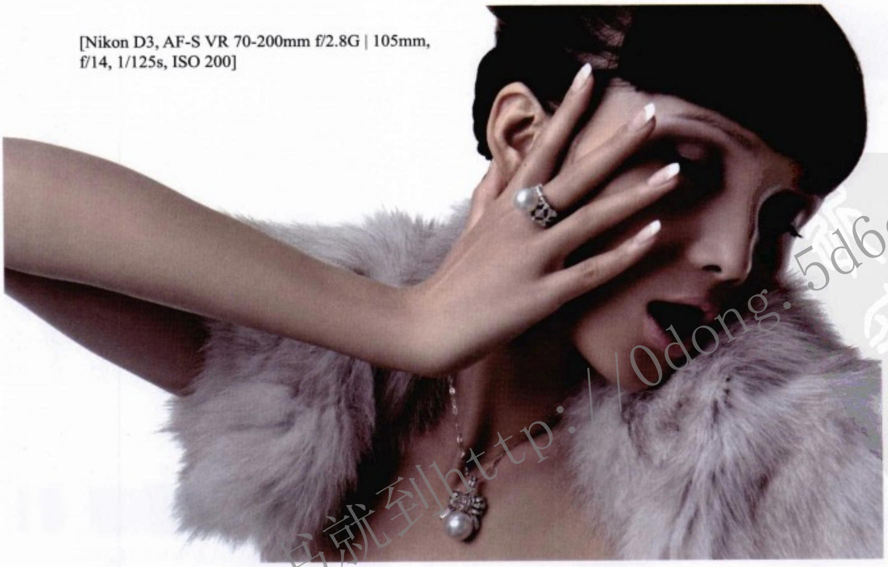
不同品牌相机拍人像有没有差别

摄影入门用户最经常问的一个问题就是："我想拍人像，应该购买什么品牌、什么型号的数码单反相机？"其实这个问题很难有一个让所有人都满意的回答。我的建议是："从预算和需求出发，购买最适合你的相机。"目前市面上主流的数码单反相机品牌包括尼康（Nikon）、佳能（Canon）、索尼（Sony）、奥林巴斯（Olympus）、宾得（Pentax）等，还有包括富士、三星、松下、适马等用户相对较少的品牌。

[Nikon D700, AF 85mm f/1.4D, f/3.5, 1/500s, ISO 200]

那么它们用来拍人像有没有区别呢？区别肯定是有的，不同厂商、不同定位的数码单反相机，从做工、手感、操控到测光、对焦、成像等功能和性能方面还是有比较大的差别的。但是对于大部分摄影爱好者来说，主流品牌的入门级或者准专业级数码单反相机已经可以满足人像拍摄需要，购买高档机身往往还不如购买一支适合拍摄人像的镜头更容易得到满意的效果。

[Nikon D3, AF-S VR 70-200mm f/2.8G | 105mm, f/14, 1/125s, ISO 200]



求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

至于说到成像风格的问题，比如很多用户反映佳能成像比较柔和，尼康成像非常锐利之类的，我觉得在数码单反机身上差别没有那么明显。而且相机本身也提供了很多照片效果的设置选项，用户只要按照自己的喜好修改设置，就能获得自己满意的效果。

[像素是不是越高越好]

像素是衡量数码单反相机性能最重要的指标之一。像素指的是数码单反相机的分辨率，它是由相机里的图像感应器上的感光单元数目决定的。一个感光单元就对应一个像素，因此像素越大，意味着感光单元越多，相应的成本就越大。数码单反相机的图像尺寸是由像素决定的，像素越大，照片的分辨率也越高，在不降低打印质量的同时可打印的尺寸也越大。

通常数码单反相机的规格说明中包含“最大像素”和“有效像素”两个参数。最高像素的数值是感光器件的真实像素，其中包含了感光元件的非成像部分；而有效像素是指真正参与感光成像的像素值。所以通常选购数码单反相机的时候，只要参考“有效像素”数就可以了。

[Nikon D200, AF 85mm f/1.4D, f/2.8, 1/125s, ISO 400]

早期的数码单反相机只有200万像素。随着技术的发展、工艺的提高，数码单反相机的像素数也在逐年升级。目前市场上中低端数码相机的有效像素数普遍已经达到1000万像素以上，顶级专业数码单反相机的像素数更是达到了2400万像素以上。可以说，目前市场上正在销售的数码单反相机，从拍摄像素的角度出发，完全可以满足摄影爱好者甚至大部分专业摄影师的需要。

关于像素是不是越高越好，一直就是很多摄影玩家争论的话题。诚然像素数越高，拍摄的照片分辨率就越高，但是如果没有大幅打印输出的需求，太高的像素数其实没有必要，而且还增加了存储和后期处理的成本。也有人认为高像素照片为后期裁剪提供了更大的范围，但是我觉得这个不如提高构图来得有效。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

取景器的大小有没有影响

数码单反相机的取景器大小是区别机身性能的一个参数。取景器的大小是由很多参数决定的，比如图像传感器的尺寸、放大倍率、视野率等，最主要的是放大倍率和视野率。

取景器放大倍率是指通过取景器看到的拍摄对象大小与用眼睛直接看到的拍摄对象大小之间的比值，这个值一般在0.76X～0.95X。

[Nikon D3, AF-S 70-200mm f/2.8G | 135mm, f/2.8, 1/125s, ISO 800]

视野率是通过取景器看到的范围与拍摄到的范围之比，用百分数表示。一般从取景器中所看到的画面并不是完整的拍摄画面。大部分入门级和准专业级机身的视野率从92%～98%不等，只有专业级数码单反相机才能达到100%的视野率。

更高的放大倍率和视野率有利于在拍摄过程中取景和构图，不过我们平时拍摄人像并没有那么严格的要求，所以取景器大小的影响不是购买相机时的主要考虑因素。

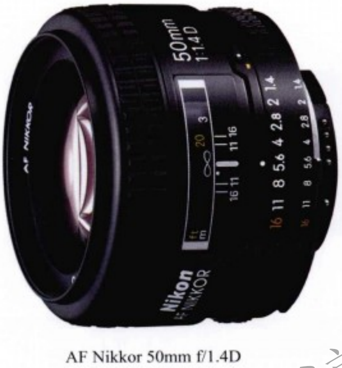
求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

1.2 不同类型镜头拍摄人像的特点和不足

[从标头入手]

标头就是“标准镜头”的意思。所谓标准镜头，是指镜头视角与人眼视角接近的定焦镜头，一般焦距在50mm左右。这类镜头体积小，光圈大，设计和制造技术成熟，用户量很大。而且各厂商基本都有50mm f/1.8之类的性价比很高的标头。

[Nikon D200, AF 50mm f/1.4D | 50mm, f/5.6, 1/160s, ISO 200]



AF Nikkor 50mm f/1.4D

因为标头比较接近人眼视角，所以用标头练习拍摄人像比较容易上手，也可以培养很好的构图习惯。不过因为在非全幅数码单反上，镜头要乘以一个系数，所以50mm的标头就变成了75mm左右，因此非全幅用户也可以选择购买35mm左右的镜头，这样乘以系数之后，基本接近标头的视角。

求书、找书就到http://dong.5d6d.com

怎么拍出背景虚化的照片

很多摄影爱好者都喜欢那种人物清晰、背景虚化的人像照片。这类照片一般选择在背景比较简单、色彩比较明快的地点拍摄，人物主体突出，视觉效果比较唯美。其实获得这样的效果很简单，只要控制好景深就可以做到。景深是指在被摄主体前后仍然清晰的纵深范围。景深大小和镜头焦距、光圈，还有拍摄距离有关。通常来说，镜头焦距越长，景深越小；焦距越短，景深越大；镜头光圈越大，景深越小；光圈越小，景深越大；拍摄距离越远，景深越大；距离越近，景深越小。

[Nikon D3, AF-S VR 70-200mm f/2.8G | 200mm, f/2.8, 1/100s, ISO 800]

AF-S VR Zoom-Nikkor 70-200mm f/2.8G IF-ED

明白了景深的概念，只要使用长焦大光圈镜头，你同样可以拍出漂亮的背景虚化的照片。不过虚化也应适当，除了拍摄特写，背景过度虚化没有必要，带一点拍摄环境对画面内容的表达也是有帮助的。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

[如何拍出修长的感觉]

我们经常看到一些人像作品或者商业广告，里面的模特身材苗条修长，甚至还有些夸张。那么怎么才能拍出这种修长的感觉呢？

AF-S NIKKOR 14-24mm f/2.8G ED

[Nikon D3, AF-S 14-24mm f/2.8G | 14mm, f/5, 1/1600s, ISO 200]

我们知道，不同焦距的镜头具有不同的透视效果。一般广角镜头具有很大的视角，也有较大的景深，用广角镜头拍摄，画面周围会形成一定的拉伸，或者说会造成一些透视变形。那些人物修长的照片就是巧妙地利用了这种变形拍摄的，特别是采用大广角、低角度拍摄的时候，这种效果会非常明显。

但是有一点需要注意，使用广角镜头拍摄人像的时候，最好把人物主体放在靠近画面中央的位置。因为画面四周的变形比较大，如果某一部分变形太夸张的话看起来会比较不自然。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

[定焦是不是比变焦好]

初级玩家在拍摄一段时间后，往往会有升级器材的想法。这时候就会问："定焦镜头是不是比变焦镜头要好？"这似乎代表了大多数人的想法。因为定焦镜头设计相对简单，镜片数也较少，所以一般能够达到更好的成像效果，特别是在边角成像质量上、还有超大光圈实现上，相比变焦镜头有较大的优势。而且大部分定焦镜头体积小，重量轻，方便携带。

AF Nikkor 85mm f/1.4D IF

但是定焦镜头也有其不足，那就是使用相对不便，特别是在不能改变拍摄位置的时候，使用就受到很大局限。而这种情况下使用变焦镜头就能轻松应对了。而且也有非常多的变焦镜头适合拍摄人像，比如各厂商的大光圈标准变焦镜头24-70mm f/2.8，还有非常受广大摄影爱好者和专业摄影师追捧的70-200mm f/2.8镜头等，都是拍摄人像的上乘之选。

[Nikon D3, AF 85mm f/1.4D, f/8, 1/125s, ISO 200]

对于刚开始接触人像摄影的数码单反相机用户，还是不建议一开始就使用定焦镜头。可以先使用变焦镜头拍摄一段时间，等熟悉了各个焦段的特点，再选择购买定焦比较合适。

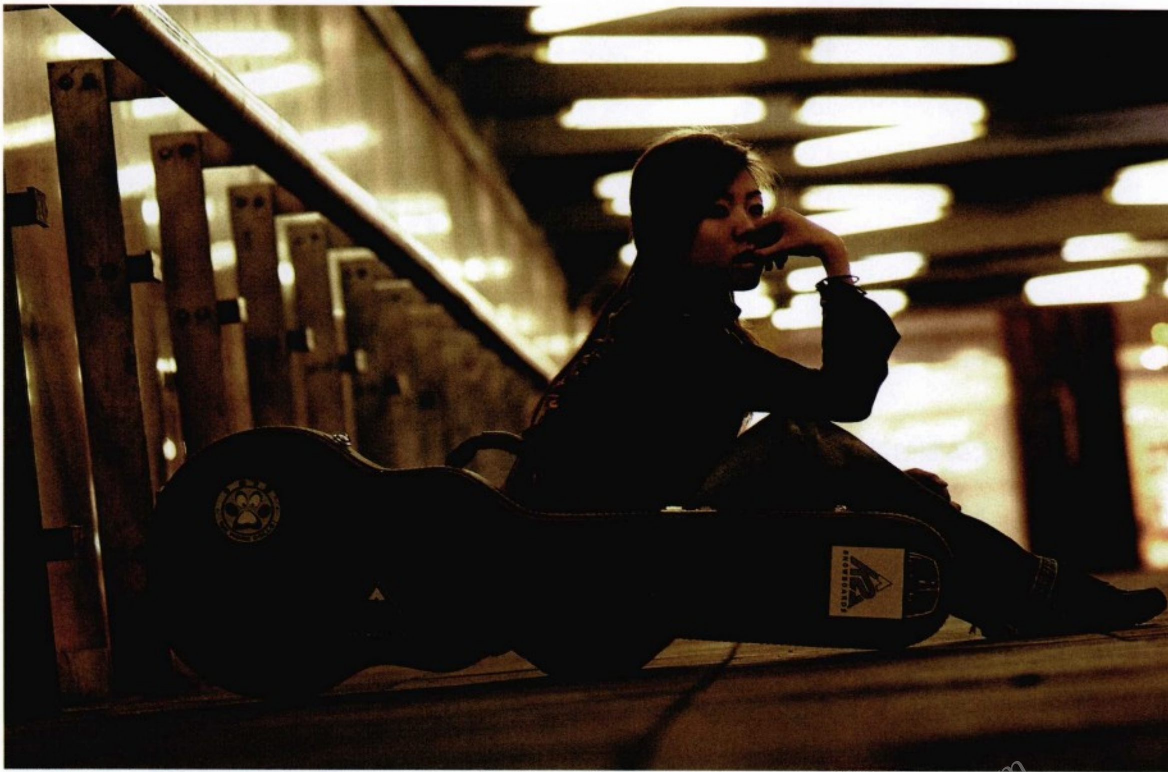
求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

1.3 如何根据题材选择镜头

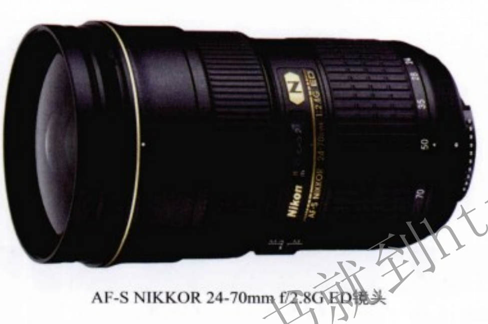
能够涵盖更多环境元素的镜头

一般认为135相机的85-135mm是人像焦段，在这个焦段范围内拍摄人像，透视效果比较舒服。但这一般是指人物占画面比例较大的照片，如果是拍摄环境人像，需要交代更多的环境因素的话，最好选择广角到中焦的镜头。比如在全幅相机上24-50mm的镜头。

各厂商基本上都有24mm、28mm和35mm的大光圈定焦镜头，成像都比较优秀，可供选择。再广的话就需要很强的画面控制能力，一般爱好者比较不容易把握。



[Nikon D200, AF 17-35mm f/2.8 | 20mm, f/3.5, 1/30s, ISO 400]



AF-S NIKKOR 24-70mm f/2.8G ED镜头

常规肖像必选标准变焦镜头

从标准变焦镜头的名称就可以看出，对于大部分拍摄题材来说，它是最合适也是最方便的。它涵盖了日常拍摄最常用的焦段，所以用来拍摄人像也是完全可以胜任的。特别是拍摄朋友聚会、旅游合影之类的，非常方便。就是想拍人物特写也没问题。在APS机身上，乘以1.5X的系数之后，视角也更加合适。

求书、找书就到http://dong.5d6d.com

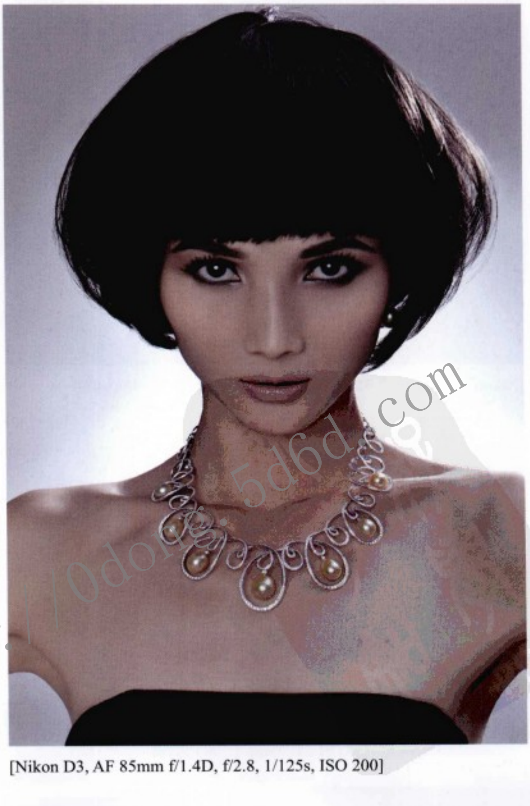
[Nikon D3, AF-S NIKKOR 24-70mm f/2.8G | 70mm, f/14, 1/125s, ISO 200]

[拍大头照的首选镜头]

喜欢拍半身人像或者大头照的摄影爱好者，可供选择的镜头非常多。不过个人比较推荐的还是几支定焦镜头。比如EF 85mm f/1.8，AF 85mm f/1.8等，预算比较充足的玩家也可以购买超大光圈镜头，比如EF 85mm f/1.2L，EF 135mm f/2L，AF 85mm f/1.4等。体力比较好的玩家直接购买70-200mm f/2.8也是不错的选择。

这些镜头的特点都是拍摄基本没有变形，焦内成像锐利，焦外虚化柔和，色彩表现也非常好。用来拍大头照再合适不过了。

Canon EF 85mm f/1.2L超大光圈定焦镜头



[Nikon D3, AF 85mm f/1.4D, f/2.8, 1/125s, ISO 200]

求书、找书就到http://0done.5d6d.com

高速镜头是抓拍人物动作的利器

要想抓拍人物的动作，对镜头的要求就比较高了。幸好现在超声波马达已经被广泛使用在各种镜头上。相对普通马达，使用超声波马达的镜头对焦速度更快、更安静，加上大光圈的作用，可以达到较高的快门速度，就成为人像抓拍的高速镜头了。

当然对焦速度和机身性能也有关，要想抓拍到好的人像照片，更需要多观察，多构思，积累经验，这样才能抓拍到人物的精彩瞬间。

1.4 器材到底重要不重要

“要想拍出好的照片，器材重要还是技术重要”，这个问题，不同的人可能会有不同的回答。如果从辩证的观点出发，这两者是缺一不可的。首先，“工欲善其事，必先利其器！”好的器材有出色的成像效果，能够适应复杂多样的拍摄环境，拍摄的效率和可靠性也更高。但是有了好的器材，没有技术作为保证也是没有用的。摄影最本质的还是摄影师思想的表达，是一个人对拍摄对象观察、思考然后记录下来的结果。经常有人说，“最重要的是镜头后面的那个头”，说的就是摄影师的技术了。

[Nikon D3, AF-S 70-200mm f/2.8G | 105mm, f/14, 1/160s, ISO 200]

[Nikon D3, AF-S 14-24mm f/2.8G | 20mm, f/5.6, 1/60s, ISO 200]

求书、找书就到 http://0dong.5d6d.com

专业摄影师一般对自己的器材有明确的需求。对于人像摄影爱好者来说，有了自己的器材，就应该把更多的精力投入到技术的提高上，而没必要总是盯着更高级的器材。不如平时注意观察周围的人物和景致，多欣赏一些著名摄影师的作品，对提高自己的摄影水平会有很大的帮助。

1.5 除了相机和镜头，还需要些什么

玩好人像摄影，除了相机和镜头，还有一些装备可以说是必备的，例如外拍中经常用到的反光板，就是使用频率非常高的一件装备，在侧逆光或者逆光拍摄人像时是必不可少的补光工具。还有三脚架，在使用长焦镜头或者拍摄夜景人像的时候，为了保证拍摄的成功率，建议尽量使用三脚架。

人像照片中竖构图占较大比例，所以添置一个竖拍手柄也是很有用的。一方面可以多放一块电池，延长拍摄时间；另外一方面也能增加构图的方便性，减少手臂的劳累。

[Nikon D3, AF 85mm f/1.4D, f/2.8, 1/100s, ISO 640]

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

Nikon MB-D10竖拍手柄，可用于D300/D700机身

[Nikon D3, AF-S 70-200mm f/2.8G | 105mm, f/5, 1/400s, -0.7EV, ISO 400]

有条件的玩家还可以配备多个闪光灯或者外拍灯等，利用人工光源拍摄创意人像作品。还有比如拍摄道具等，因为不在器材的范围之内，在这里就不讨论了。

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

求书、找书就到http://0dong.5d6d.com

第二章

人像摄影基本功

本章作者：沈括
蜂鸟ID：沈括

国家高级摄影师、时尚摄影师、商业摄影师；冯海摄影学院讲师；CS造型工作室特邀摄影师。

涉及领域包括摄影、后期、平面设计等。

曾拍摄奥迪、大众、宝马、奔驰、雷克萨斯、斯巴鲁等汽车品牌网络宣传片。

曾与多家知名服装品牌合作，包括Nike、天布伦、Jack Jones、圣罗兰、D&G。

曾为方正、华硕、联想、皙肤泉、wangle（澳洲红酒品牌）拍摄产品广告。

曾为中国影像第一门户网蜂鸟网拍摄企业形象照。

曾为华硕全球副总裁曾锵声先生、佳能副总裁吉冈达生、漫步者总裁张文东先生拍摄访谈照片。

曾与诸多艺人合作拍摄，包括千百蕙、功夫派组合、青春美少女组合、童话演唱团等。

学会熟练地操控相机和其他设备是拍出好照片的基础。开始我们往往会由于担心相机设置上的疏忽，从而分散了自己的注意力，最后总会留下些“美丽”的遗憾。当引人入胜的画面出现时，任何迟疑都可能会破坏这种瞬间，如果可以不再疲于应付那些相机设置，而用充满自信的熟练操作去专注于拍摄本身，必定会为你带来更加完美的照片，所以了解并引导好你的这位“朋友”的特性显得尤为重要。你可以运用它独有的“动人之处”，发挥它的无尽潜力。熟悉掌控好这位“朋友”之后，在几乎没有时间思考的情况下捕捉转瞬即逝的一刻，你将变得得心应手。

2.1 熟悉你的相机设置

[影像尺寸]

第一点是影像尺寸。如果入门用户开始拍摄习惯使用JPEG格式，那么最好也使用最高分辨率拍摄，画质至少要选“精细”或者“最精细”。这样可以保证拍到最好的细节，也不至于因为压缩而影响画质，而且以后如果对某一张照片比较满意，也能够进行放大输出，不留遗憾。

Nikon D300影像尺寸选择菜单

[不要犹豫！用RAW格式拍摄]

RAW的英文原意就是生肉、最原始的原料，从这一个字面上可以好好理解RAW格式，体验它原汁原味的含义。RAW格式是数字相机的专用格式，你可以把它看作是数字化的未被冲洗出来的胶卷，是真正意义上的“电子底片”。RAW文件几乎是未经过处理而直接从CCD或CMOS上得到的信息，这意味着RAW格式图片没有以任何方式被加工和处理过，摄影师能够最大限度地获取顶级画质。

Nikon D300影像品质选择菜单

Nikon D300拍摄模式选择按钮

[拍摄模式]

其次是拍摄模式。大部分人可能习惯使用A挡，也就是光圈优先模式。人像摄影中使用大光圈比较多，手动调整光圈决定景深，由相机来测光给出快门速度，继而拍摄。对于认真拍摄的爱好者，最好不要使用Auto挡或者P挡来拍摄。

快门优先模式在拍摄体育题材或者人像抓拍的时候会用到。需要注意的是，如果要满足快门速度而镜头的最大光圈又有限的情况下，要注意相机的测光提示，如果提示曝光不足则应该提升相机的感光度。

如果你想在摄影上更进一步的话，需要学会使用M挡拍摄，起码也要对M挡有足够的理解。很多专业摄影师都习惯使用M挡拍摄，因为M挡可以提供更大的拍摄自由度。

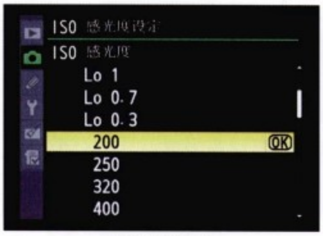
如果想从半自动的A挡模式进阶到全手动模式，则需要熟悉你的相机的测光方式。还要能够凭肉眼观察得出大致的曝光组合。这一点需要在平时的拍摄过程中多练习，多总结。要求更高的话就需要配置单独的测光表。

Nikon D300照片风格选择菜单

照片风格

基本上所有的数码单反相机都内置了几种不同类型的照片风格，比如常见的标准、人像、风光、鲜艳、中性色等。关于照片风格，我的建议是一般情况下使用标准风格即可。因为标准模式记录的是比较接近原始的图像，而鲜艳、中性色等模式相当于在机内对图像进行了一次处理，已经把照片按照某种颜色倾向进行了修饰，这样就减少了照片后期处理的范围。

但是这也因人而异，如果有人比较喜欢用JPEG格式直接出片，或者不太喜欢后期调色的话，也可以使用内置的人像风格等。因为这些照片风格会针对不同的题材自动调节某些色彩，这样看上去会比较讨巧，比如人像风格中人的皮肤的处理。



Nikon D300感光度选择菜单

感光度(ISO)设置

随着技术进步，近两年上市的数码单反相机，其ISO范围也越来越大，有些最高ISO值竟然能够达到12800。用过数码相机的人都知道，高ISO会带来噪点，影响成像品质。为了获得干净的影像效果，当然是在条件允许的情况下，使用最低ISO值比较好。不同的相机，其各挡ISO的效果差别也比较大，在需要使用高ISO的时候，还需要你对手里的相机有足够的了解。

测光方式

在数码单反相机提供的矩阵测光（评价测光）、中央重点测光和点测光模式中，通常人像摄影中使用点测光方式比较多。而且一般是对着模特面部的皮肤测光，这样可以保证人物面部的皮肤曝光准确。但是在人物和背景的明暗差别比较大的时候，可以使用矩阵式测光，因为这种方式会综合考虑整个画面的光照，平衡人物主体和背景环境的曝光值，但是这时候一定不要忘记给模特补光。

如果拍摄的是高调人像，可以在相机自动测光的基础上适当增加曝光值，比如1/3～2/3 EV，这样可以让美女的皮肤显得更加白皙。

比如这张照片是在海边拍摄的，当时背景的海面和天空都特别亮。和模特所处位置的光比非常大。这时候在模特前方使用反光板补光，这样就让模特和背景的明暗过渡比较正常。

在逆光拍摄的时候，如果要保证主体的人正常曝光，可以采用点测光或者中央重点测光方式，同时使用反光板补光。如果想获得一种剪影的效果，人物周围有一圈轮廓光的话，一般采用矩阵式测光模式即可。这时候人物主体一般会曝光不足。

[直方图和高光提示功能]

数码相机里有一项非常实用的功能就是直方图显示。关于直方图的定义和怎么看直方图在相机的使用手册中有详细说明。我们在这里要说明的是，在拍摄的过程中要养成经常看直方图的习惯，这样可以保证你在拍照过程中及时发现曝光可能存在的问题，并及时调整相机设置。还有一项比较有用的功能就是高光提示，如果打开这项功能，那么在浏览时照片过曝的位置会以黑色并闪烁的方式提示给用户，这时候你就需要根据实际情况做一些调整了。比如模特脸部或者皮肤位置出现高光提示，那么最好修改拍摄参数。

[对焦方式选择]

通常拍摄人像的时候，模特是不动的，这时候就把相机的焦点放在中间，也就是使用中央对焦点、单次自动对焦方式。如果模特所处的位置不在画面中央，那么这时候有两种解决办法。其一是切换相机的对焦点到模特所在的位置，然后进行对焦；其二是首先用中央对焦点对焦，然后按住对焦锁定按钮，再进行构图拍摄。因为大部分数码单反相机，中央对焦点的对焦精度和速度都比周围的要高，所以很多人习惯使用这种方法，但是这种方法没有切换对焦点来得迅速，所以前者也不妨使用。不过需要注意的是，下次拍摄之前记得改变对焦点。使用单次自动对焦可以获得一个锐利、聚焦的图像，但是千万不要使用相机推荐的动态区域对焦之类的方式。

还有一种方法就是先用单次自动对焦方式对目标对焦，然后切换机身的M/A开关到手动对焦方式，这样机身的自动对焦功能实效，接着进行构图拍摄。这种方式也可以在抓拍的时候用到，比如先让模特站到一个位置，对好焦点，切换到手动对焦方式，然后让模特从一个方向走过来，等模特出现在取景器里的时候，按下快门拍摄。

有一点需要注意，这种先对焦再构图拍摄的方法在使用大光圈镜头的时候可能会造成焦点不实的情况。因为使用大光圈拍摄的时候，景深会比较浅，如果人物和对焦点所在的平面距离比较远，那么就会造成拍出来的人物成像发虚。这种情况下也可以切换对焦点，同时适当收缩光圈，弥补周围对焦点精度不够的问题。

[根据模特姿势选择对焦位置]

拍摄人像的时候，模特可能会以不同的姿势面对镜头，这时候就需要根据具体情况选择对焦位置。通常情况下，要按照摄影师想表现的效果来选择对焦位置。比如模特是侧面45° 面对摄影师，这时候一般把对焦点放在离摄影师比较近的一方的眼睛位置即可，这样可以使主体直接面对赏者，让他的注意力第一眼就放在模特离镜头近的眼睛位置。相反，如果把焦点对在离镜头远的那只眼睛上，在大光圈虚化的情况下，就会给人脱焦的感觉。变成一张失败的照片。

大部分情况下，人像拍摄对模特眼睛位置对焦是

最常用的。除了在画面既有前景又有背景，还要体现不同主题的时候，可能会根据当时现场的环境，调整对焦位置。

还有一个经常被问到的问题就是，人像摄影爱好者需要购买什么样的数码单反相机。我的建议是根据自己的需求和预算来决定。当然专业级、准专业级的相机，它的对焦点更多，覆盖的取景面积更大，而且对焦的精度和速度也更高，但是对于业余爱好者来说，入门级数码单反相机也是基本可以满足需要的。

也有少数人喜欢使用手动镜头拍摄人像，这时候就需要选购支持手动镜头的相机，这样的相机具有合焦提示功能。另外，有条件的话也可以更换对焦屏，比如裂像屏或者磨砂屏之类的，能够提高对焦的速度和准确性。不过还是不推荐初学者使用。

2.2 一切从正确曝光开始

正确曝光的5大窍门

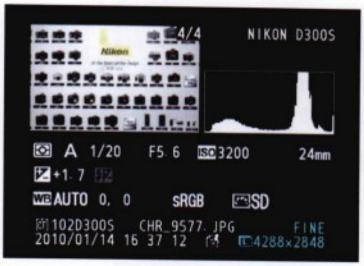
1. 学会看相机测光表；
2. 学会使用M挡；
3. 学会使用曝光补偿；
4. 减少背景与人像的亮度对比；
5. 令美女肌肤白皙的法宝——挑战“正确曝光”。

不要“依赖”直方图

不会看直方图是万万不能的，但，它并不是万能的！

准确的曝光是一张图片的基本需要，通过参考直方图信息来确定曝光参数的真正含义是，直接透视图像的内部信息，从而获得最合适的曝光参数。它的可靠性在于我们完全不会受到任何显示设备及LCD自身显示效果与实际图像曝光量差异的影响。特别是在家用的环境中，更难得到一个严格意义上的统一的色彩描述，这也是造成我们拍摄时和拍摄后浏览、打印时所见并非所得的原因。而直方图抛开了图像表层的表现，以真实可靠的数据给我们一个可以量化的标准，用于后期的输出。所以，对直方图的了解是必不可少的。

但直方图所显示的只是我们拍摄后图片的一个精确结果。如当你拍下了一张过曝图片，直方图会精确地记录描述下这张图片的具体曝光数据，同时你了解到了这张图片的过曝程度。而当你全面了解之后，那幅美丽的画面早已消逝。即便画面固定，



Nikon D300直方图显示画面

天气、环境的时刻改变也早已影响了你的曝光组合。某种意义上它并无法提前预估、固定我们所需要的准确曝光值，更不能以直方图是否完美来评定你图片基本的成与败，它不是评定画面效果的唯一量尺，不要太依赖它。

2.3 轻松、自然的开始——交流

很多初学者在拍摄人像时，容易忽视的一点就是和模特沟通。这样的话，如果不是特别有经验的模特，比较会摆POSE、给眼神，那么拍出来的照片就会变得比较死板，缺乏吸引力。

因为人像摄影的独特魅力是摄影师通过模特的眼神与肢体展现，与观众进行交流。所以人像摄影中除了技术外，如何为照片加入感情，也是很重要的一项技巧。拍摄者不仅要具有丰富的感性世界，同时也要带领模特融入其中。

有经验的人像摄影师在拍摄之前会主动与模特进行交流、讲解拍摄意图等，也可以说一些和拍摄无关的话题，目的是让模特放松，更好地进入拍摄状态。这样就更容易配合你的拍摄。

三种捷径打破沉寂

1.不要闷头调整器材

在拍摄过程中，也应该积极调动模特。可以指导模特的姿势及表情，指出哪些做得不到位等，或者让模特在一种情绪下自己变换动作，摄影师进行抓拍。切记不要蒙头只顾看自己的相机屏幕。

2.称赞对方

在拍摄中最好能讲一些表扬、鼓励的话，比如“表现很好”、“发挥得很出色”等。有条件也可以放点音乐。

3.与对方一起浏览刚刚拍摄的照片

你也可以把照片回放给模特看，第一是活跃气氛，第二是如果模特觉得有什么表现不好的地方，自己可以及时改正。当然还有一种情况，尤其是对初级影友，没有完全发掘出模特自身的特点和优势。如果你把照片回放给模特看，模特如果注意到不足，就会在接下来的拍摄中尽量表现她的优势，这样对拍摄大有好处。

[拍摄有故事的照片]

拍摄人物时，让模特两手空空、不知所措地干站在那里？当然不行。这既不利于拍摄之初的热场，也使得画面单调、沉闷。

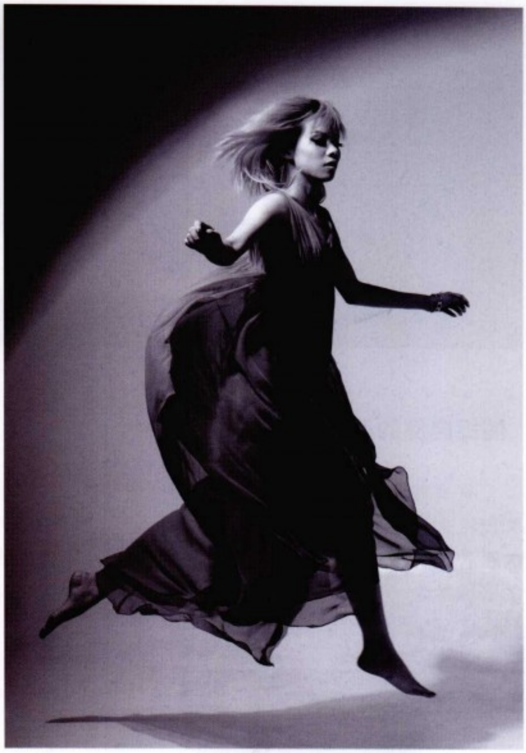
合理使用道具是个非常不错的想法。在出发之前，准备好与拍摄主题相符的道具，这样就能得到更加多样而有氛围的照片，可以利用拍摄道具辅助表现你的主题。

至于道具的选用有很多，如花朵、雨伞、布偶、老式相机、乐器、布等，它们都可以让你与模特找到拍摄的灵感。

[捕捉自然的动作——抓拍]

在有些环境中，如果只是让模特来摆动作，会影响画面活跃的气氛，进而影响整个内容的表现。这样，前期和模特充分地沟通，发现模特本身的特点，之后拍摄时尽量让模特表现出自我，通过抓拍可以更好地表现出模特内在的气质和真实的一面。另外需要做的是，事先应该设计出一系列具有动感内容的画面，交代给模特要表现出的那种感觉。

在拍摄时我们对形式感、构图要花很多心思。人像摄影中的抓拍可并不只是捕捉动作，对于一台连拍速度达每秒5～8张的相机来说，捕捉动作是一件轻而易举的事情。我们的所有时间都应该用来思考照片的构图，思考去发掘一些有意思的画面。



还有一种人像抓拍的方式，特别是拍摄你的亲人或者朋友的时候，可以让他们在一起聊天或者做事，尽量让他们不要注意你的镜头。然后你做好一切拍摄的准备，当他们做出有意思的动作或者表情的时候按下快门。这时候抓拍到的照片往往更自然，更能打动人。

PDG

2.4 人像美姿

人像照片中人物的姿态往往是构成画面的主要因素，能够直接影响照片效果，因此了解一些常用的美姿技巧以及避免一些误区是很有必要的。

站姿是人像摄影最常见的姿态之一，能够充分展示人物身体线条，表现自由度大，姿势变化丰富。注意尽量不要让模特的身体处在一条直线上，而是让身体呈现一个曲线，这样有利于展现模特优美的体态。

还有就是模特的肩，最好是一高一低，或者一前一后，而不是处在一个平面上，给人很放松自然的感觉。手的动作也很重要，可以让模特的一只手撑着墙壁，或者叉腰，或者抚摸头发，或者摸着衣领等。

坐姿能从容展示上身躯体的造型，充分利用上身的轮廓曲线来表现线条美。坐姿拍摄时，模特的表情应该适当内敛、含蓄。在坐姿拍摄中对于模特关节处的处理是关键。一般情况下，不要采用正面坐姿拍摄。当模特坐下时，不要坐得太实，而应当虚坐，后背不要靠得太紧。

此外要注意观察你的模特，特别是她的脸形、身材、手臂等人物的细微之处，做到扬长避短。

2.5 我们经常犯的错误

[带上足够的“粮食”]

虽然这个问题非常非常之初级，但是大部分玩摄影的人都遇到过，那就是忘记带存储卡或者电池。如果是因为这个原因错过了一次精彩的拍摄，那么后悔之情是难以言表的。所以在这里建议大家拍片之前一定要记得检查你的摄影包，有没有把电池充满，有没有带上足够的存储卡，等等。

选购存储卡也有一点经验，就是不要只购买一张容量非常大的卡，比如16GB。最好是购买两张容量相当的，比如两张8GB的卡。这样一旦有一张卡出现问题，还有另外一张备份卡可以用。

[避免“头顶开花”]

下面是几张比较典型的人像摄影中失败构图的实例，大家在以后的拍摄中应当尽量避免。比如树干位于人物头顶正上方，地平线直接穿过人物头部等，这样的照片让人感觉会特别难受。

这种情况下应该变换角度或者机位，比如换个角度，避开树干；机位低一点，去掉地平线等；也可以用大光圈镜头把背景完全虚化掉。当然选择简单一些的背景更容易避免这样的不良构图。除非是一些合影或者留念照，否则尽量不要选择这样复杂的背景，会影响到主体的表现。还有，比如不要在人物的关节处裁剪等也需要在平时的拍摄中多加注意。

[提升你图片吸引力的几大绝招]

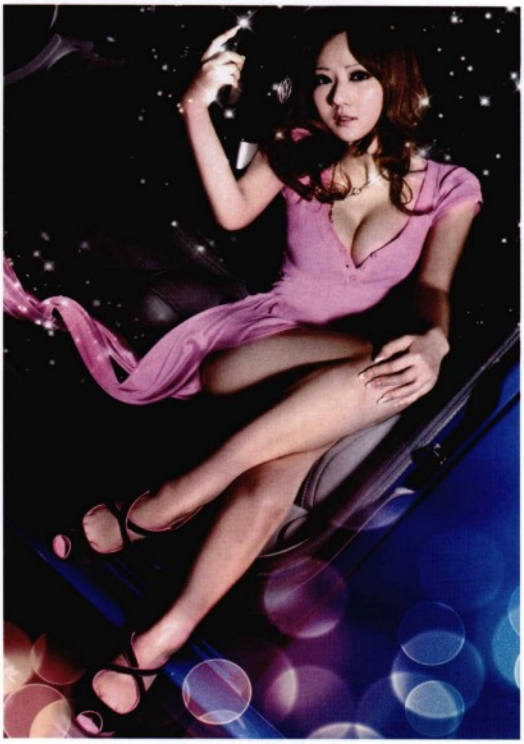
突出你的主体

首先，人像照片中主体的人物是你要表现的重点，所以绝大多数情况下，焦点应该放在人物最吸引人的位置，比如离欣赏者比较近的一方的眼睛上等。同时要保证对焦准确，焦点清晰。

[丰富你的色彩]

其次，色彩要吸引人。这一点可以参考一些知名摄影师的作品或者商业片，它们的一个共同的特点就是片子的色彩能够第一眼就把你的注意力吸引过去。

当然不是说照片的色彩艳丽、饱和度高就好，而是你的色彩搭配要合理。



营造立体空间

最后，要注意营造画面的立体感。很多初学者拍摄人像的一个诟病就是喜欢把照片拍得特别像一张“照片”，就是说画面太过于“平”了，看上去人物和背景基本上已经贴在了一起，而且也没有任何前景。

建议的做法是选取适当的前景，要让前景、背景和主体形成一个空间上的透视感，比如“近大远小”、“近实远虚”的感觉，这样照片也显得很有层次。

比如下图这张照片。画面充满温暖的阳光，有一种冬日的感觉。主体比较突出，同时背景有很好的延伸感。

[背景选择]

如果是拍摄特写类人像，那么应该尽量选择简洁、明亮的背景，这样容易突出表现人物。如果在背景比较复杂的情况下，可以借助大光圈镜头的优势来虚化背景，把人物从杂乱的背景中凸显出来。模特离背景的距离也不宜太近，要是拍摄环境人像，则可以让模特离背景近一点，便于充分交代环境。

如果是人数比较多的外拍活动，角度不太好找，背景容易穿帮，那么可以采用低角度拍摄，利用天空作背景，这样也能得到比较简洁的画面。不过要注意不要在模特仰头的时候拍摄。

[忘掉所有构图法则]

PDG

比如这几张照片，完全打破了常规的构图法则。形式是为内容服务的，所以，不要局限于固有的规则。

PDG

PDG

第三章

人像摄影构图

本章作者：秘光辉
蜂鸟ID：eale
人称：老秘

新锐时尚摄影师

美院出身，具有7年影视制作经验，2007年开始接触摄影。一发不可收拾。

2008年成立“eale•右视觉”摄影工作室。

作品风格时尚、唯美、大气。与多家知名品牌和媒体合作

构图是人像摄影中一个基本又关键的因素。对于同样的内容，采用不同的构图方式，拍出来的照片效果往往差别很大。合理的构图可以很好地表达摄影师的拍摄意图，表现拍摄对象的特点，交代周围环境等，并给观赏者以美的享受。相反，不合理的构图会打乱照片表达的内容，减弱主体的影响，给人以杂乱、无趣，甚至不舒服的感觉。

要想拍好人像，摄影爱好者可以从基本的构图方面入手，遵循简单、常规、易学的构图方式，打好基础。然后在自己理解的基础上，有所突破，有所发挥，才能在人像摄影方面更上一层楼。

一幅好的摄影作品，一定有其明确的主题以及读者感兴趣的点。这个感兴趣的点可能是片子里的氛围、情绪，或者是片子里的色彩、构成，亦或是主体的形体、表情等。而我们很想知道的是，怎么来突出这个点，从而更好地表现片子的主题。这其中，构图就是需要掌握的非常重要的一点。

3.1 让你的人像摄影构图更舒服

[保持一颗对外物感兴趣的心]

这句似乎是题外话，但是这个对拍摄人像很重要，也是做好一件事的态度问题。任何事物都是联系在一起的，所以很多时候我们能在走路或健身的时候学到关于摄影的一些线条或颜色之类的东西，在喝水的时候看到一些很有质感的东西。保持一颗感兴趣的心、一个主动的态度，多尝试，多积累，事情也便成了多半。

[学会观察]

摄影有其固有的特征，所以我们要善于观察题材内在的一些视觉要素，当我们观察如图中的一些建筑、门、窗、树、树叶、人、街道等，应该撇开其一般的特征，而把这些看作是形状、线条、质地、明暗、颜色和立体物的结合体，看作是摄影作品里的一个个最基本的组成元素，其中我们可以提炼出我们最感兴趣的，或者在意识里组成自己最想要的构成的东西。而镜头中的每个元素也构成了你的摄影作品。

在这些基础之上，就开始我们的具体拍摄了。

人物身体很自然地斜靠在墙上，前方的树叶在墙壁上投下轮廓清晰的影子。人物恰好位于前景中的树叶和墙上的影子当中，使得画面的层次感非常好。还有左下角的一堆柴火，起平衡画面的作用。

[从最简单的做起]

点、线、面在构成当中是最基本的构成元素，在摄影中也可以很好地利用好这些基本的东西。拍摄人像摄影作品时，通过构图合理地安排它们的位置、处理好它们相互之间的关系很重要。把它们有序地组织起来，让画面布局看上去更加合理。

PDG

一个典型的以竖线为主的构图，由最简单的竖线构成，并且在疏密上拉开了关系，让画面有了延伸感。在黄金分割的地方安排了主题的人物，左侧大量留白，画面就显得透气，整体也更有对比性。

平面构成式构图，优点很多，可以让你的画面的情绪和表达的内容更丰富，很容易形成一种递进的关系。需要注意的是，构成的元素之间一定要有关系，并有意识地去加强这种关系。

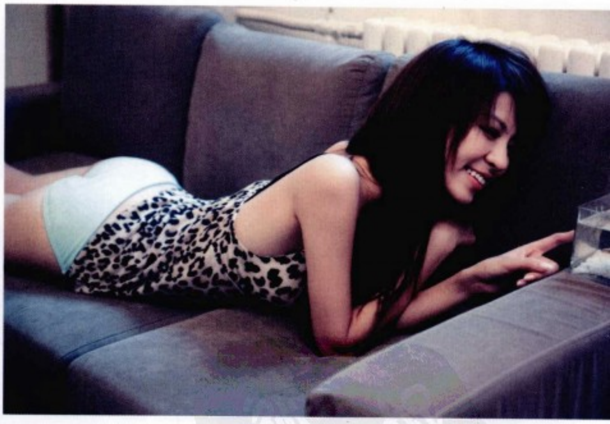
一个典型的横线为主的构图，规则的线条肯定不会乱，需要注意的就是不要使画面太平了，可以考虑加一些破坏性的元素。画面里的人就是为了打破这些，可以有一个很好的对比。

横幅构图通常给人稳定、安静、平和的感觉、通过适当安排人物的位置，给背景留出更大的空间，可以很好地交代拍摄环境，丰富画面内容。横构图一般比较适合拍摄环境人像。

对角线构图方式，人物主体占据了对角线的两端。这种方式要注意避免画面中太均衡的东西，通常在对角线两边的面积上也要有所拉开，在黄金分割处安排兴趣点。

利用模特的肢体语言构成的半封闭型构图。但是画面并不压抑，因为模特的头朝上，与外部形成了呼应。构图很多时候就是要在和谐中去找冲突，找变化，找关系，才可以使画面更精彩。

S形构图是指画面中的某个部分有明显的弯曲形态，比如背景里的内容或者人物本身的姿态。S形构图在拍摄人像时显得画面比较灵活生动，也可以展现模特优美的身材曲线。



沙发由很多横向的平行的线来组成，所以当灵活的有曲线的模特上去之后，跟规则的线很容易形成对比，也很容易使图片变得灵活。

一个S形元素的构成，这样的图形在生活中随处可见，稍留意下就会发现很多。需要注意的是左上的那个小树枝，没有的话作品就显得有点空。

同样还是沙发的并行的线，但这次更为规整，所以故意使人的头部扭动幅度加大，并且使人的眼神盯在远方，使图片产出一种不稳定性。

一个点线面综合构成的作品，鸽子是后期合成的，是为了画面的需求放上去的。可以试想一下如果没有鸽子，片子就会少很多灵性的东西，氛围的东西也减弱很多。

[让你的画面变得更简洁]

简洁的画面更容易突出主题，特别是在棚拍写真及广告的时候。这类片子在构图的时候，有一个比较讨巧的构图方法，就是把一些最主要的因素，比如眼睛，放在黄金分割线的地方，大的结构，比如肩膀的线，也可以放在黄金分割线上，这样视觉上可以更舒服。

特写并不好拍，要刻画的东西更多。有一个比较讨巧的方法就是，为特写加上一些辅助性的前景，画面的层次就更好拉开一些。注意要避免的是，前景不能抢了主题。

一个比较特殊的构图，这其实是完全抓拍的一张。化妆师毛毛给模特萌萌化完妆之后的一个试装照，很随意地抓拍了一张。这种有点对称的结构也是我很喜欢的，所以在拍东西的时候，一定要有随时按下快门抓住精彩画面的准备。

我需要的就是一个模特的神态以及时尚感的动态，所以觉得右面的一些东西都是比较干扰画面的，所以就对画面进行大胆地裁切，更突出你最初想要的感觉。

特写的镜头并不好拍，对书法感兴趣的朋友会很容易了解这一点。笔画越简单的字越难写，因为越简单的越纯粹，没有其他的东西来干扰，来配合，来均衡，所以这些简单的构图也往往都不简单，必须得有抓住读者的兴趣点，比如这张照片中人物的眼神。而这些点在形式上往往就是构图要最注意的，考虑到这个，构图也就显得简单多了。

[让你的画面可以容纳更多的元素]

什么时候元素都是为内容服务的。在拍摄人像时要充分考虑到画面中各个元素的作用，合理安排它们的位置和相互关系，达到表现拍摄意图又不累赘的效果。这组片子的主题是《天使失落城》，为了片子的氛围以及沟通上的均衡，后期加了一些鸽子，而这些东西需要在拍摄前期就考虑到的，元素的叠加不应该是累赘，而是内容的更加丰富。

北京的朋友很容易看出来，片子是在三里屯拍的。背景的东西很多，很繁杂，能让这么多东西都融入进来，构图上就要注意一些。需要找出背景线条的规律性，还有颜色的规律。但元素很多的时候，协调就变得很重要了，这张图就较好地注意到了这些。

拍一些近景，透视就显得尤为重要，对画面的影响也变得更大。但正好可以利用这些透视的线，去做一些构成，比如拍摄时故意把相机压得很低，几乎到沙发上面，这样沙发的边缘透视就变大，景深变浅，也很容易把关系拉出来。

3.2 人像摄影构图中其他需要注意的方面

下面就深入探讨一下，关于人像摄影构图其他需要注意的一些方面。这其中很多是作者本人的拍摄经验，在这里毫无保留地分享出来。技术方面的东西是有限的，希望大家都可以摆脱技术的束缚，注重真正该注意到的创意和想法，拍出更多好的人像作品。

[透视与变形]

需要注意的是，要避免盲目地用超广角镜头进行拉伸，要掌握好一个度的问题。

同样是在三里屯拍摄的，使用的镜头是尼康的AF-S 14-24mm/f2.8mm。这是一支超广角镜头，所以运用的时候要注意它的变形的特征，而这个特征也正是我想要的，可以直接把模特米莎进行拉伸。背景的元素也可以收得更大气，时尚的氛围变得更突出。

人的情绪也分大小。面部的一些情绪相对来说比较次要，还有一个主要的，是因头部的透视产生的。比如抬头，就有高傲、自负的感觉；平视的时候就有很自然、舒服的感觉；低头的时候就可能是遐想、思考甚至还有小孩子犯错的感觉了。透视是一个很有意思的东西，利用好之后就会为片子增色不少。

PDG

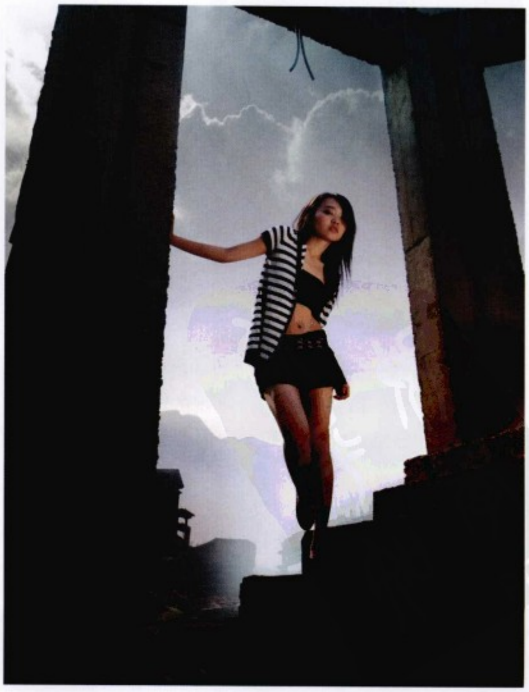
重叠和框架的应用

模特是卡卡，年纪还很小，但镜头上给人的感觉很成熟，两面性很强，所以拍摄时脑子里一下子想到现在看到的这么一个画面，交错，纠结，但又矛盾统一，同时这样的叠加也是一种很好的构图方式。首先画面是统一的，比较次要的元素的构图灵活性更大，可以完全按自己的意愿来构成不同的画面情绪。

框架式构图是指利用画面中类似画框的结构，把人物安排在其中。这种方式可以使注意力集中在人物身上，从而突出人物的主体地位。框架式构图受到很多摄影师的喜欢。

传统的油画是有一个框的，但是现在的这个框不是指那个框了，绝大多数情况下是说构成画面的一个元素。这个框很适合用来交代一些氛围的东西。

框架式构图可以突出表现人物，但是也不一定都显得小气，比如这个画面里，把局部的苍凉跟背景的大气形成一个对比，更容易表现一些情绪的东西。



前景背景的关系

片子是在首钢拍的，场地很特殊。估计大部分摄影师到那里首先会感觉到苍凉和大气，背景更多的是为了交代氛围和环境。在摄影上就要注意其本身的结构特征，比如铁轨的交叉线、背景一些工业建筑的氛围。这张照片中要注意的是画面右侧有一个黑色的东西，那是一个信号灯，我留了一小部分，这样就很好地把前、中、背景结合了起来，人物的主题也交代得更为融洽。

这是在陶然亭公园拍的，其实很多人听到后都会觉得很惊讶，觉得那里没有这样大气的氛围。这正好说明了环境和拍摄角度的选择，前后景处理得当了，就会很好地来展现属于你自己的东西。照片中背景的几棵大树是我很喜欢的，还有前面的石头，以及干枯的河流，但我脑子里想到的是俄罗斯巡回展览画派的风景油画的感觉，所以后期里往河流里注入了水。其实这是一件相对很简单的事。然后色调上也做了很多协调，这样前后景的感觉就更搭配了，配合米莎很好的表现，很舒服的一个画面就产生了。

[大小关系]

这张片子依然是在废墟拍的，那个地方有很多场景都很大气，如果你有广角镜头、超广角镜头都可以带上，到那里会有很好的发挥。用一些广角镜头时，也会直接面对透视带来画面元素的大小对比的关系，合理安排好这个关系，同样可以出很多出彩的片子。

这种大小的关系对比也同样可以用在摄影的一些版式上，片子是在751工厂拍的，本身的场景就是工业味道的，但感觉还是不足，所以就加了一个更大气些的立交桥来呼应原来的画面，氛围的东西就更强了。

[色彩的情绪]

这组片子是在深秋拍的，所以整体的感觉首先有一个秋天的味道。在以色彩为主的片子里，就由照顾到色彩的元素构成了。大面积的黄为主题，结合一些重色块和小亮色产生一个小矛盾，还有后期加的一些灵动的小蝴蝶元素，可以使画面更丰富一些。

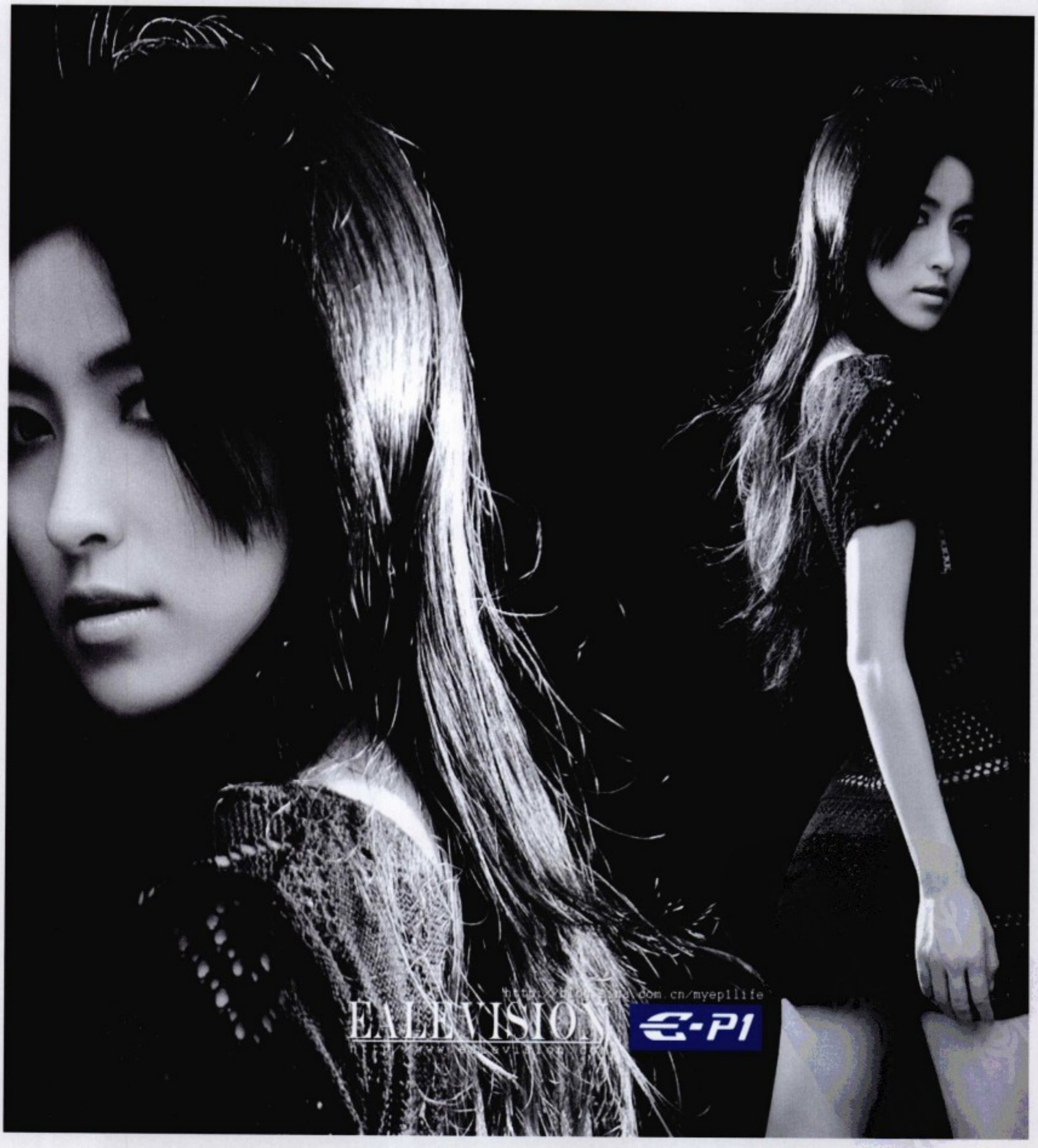
色彩肯定是有情绪的，也是非常主观的一个东西。拍摄人像作品时，需要注意模特的服装和周围环境之间色彩的对比关系，通常用到的，比如互补色、冷暖色调等。

这是在一个古建筑群拍的，非常有自己独特的味道，所以色彩用了一种偏冷的色调，更沉一些的感觉。在一个很稳的基础之上，烘托了模特默默的动感一面，张力也就出来了，同时，前景也很重要，比如离画面最近的那棵树干和小树枝，可以给画面多一些层次。

黑白摄影的构图

黑白照片因为排除了色彩的因素，所以画面的明暗关系就显得特别重要，黑白照片的构图就显得更纯粹一些。要掌握好亮部和暗部的比例和位置关系，通过明暗对比协调照片效果。

这组片子是在室外拍的，还是在一个狭小的门口，为了使片子更加简洁，就去除了一些干扰的元素，并且在平面上作了个构成，左右带了点情绪的、大小的呼应，同样也是为了照顾整个片子的感觉。



黑白的东西，纯粹的东西并不简单，越纯粹的东西越难，这就需要一个心态和平时的积累了，热爱生活是最基本的。

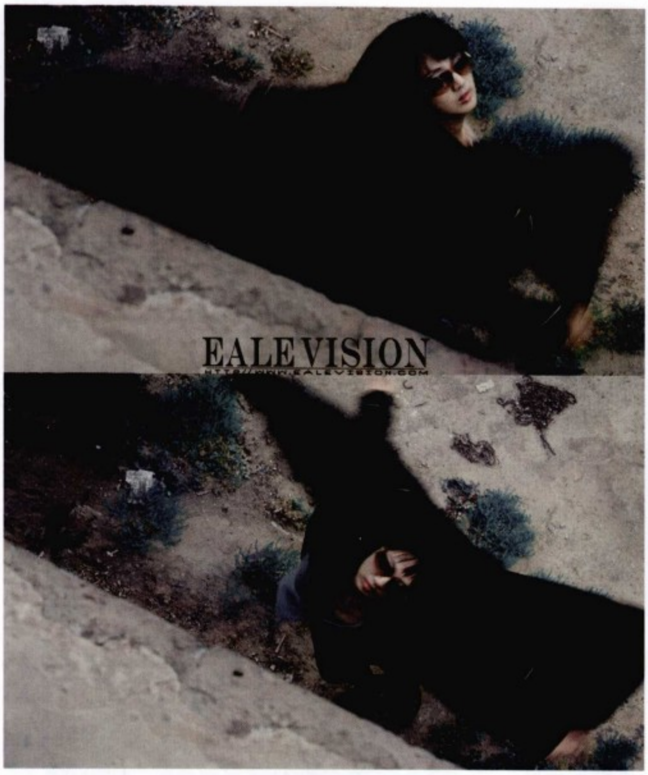
3.3 非常规构图

这是张芭蕾舞蹈的剧照，人物故意放得很次要，上面更多的空间留给了很虚幻的烟雾，但这样整体氛围的东西就更容易突出了。

如果有机会的话多看看舞台剧，也会给摄影带来很多灵感的。其实可提供灵感的东西无处不在，还是前面说的，有一个善于观察和发现的心就好了。

单从人物的构图方面来说，这幅作品没有出新的地方，但却在平面的板式上作了一个编排，让两张图有了一个感性的递进的关系，由于最简短的静态影像，有了一个连续的情绪在里面，这样的片子也肯定更容易打动人。构图的变化很多，可以多多尝试。

倒拍是一个很容易把模特拍得很漂亮的方法，同时也可以给构图带来更灵活的变化。要避免的是透视带来的畸变，尽量用焦段长一些的镜头，同时最好能跟模特保持足够的距离，比如站在椅子上或梯子上来拍摄。

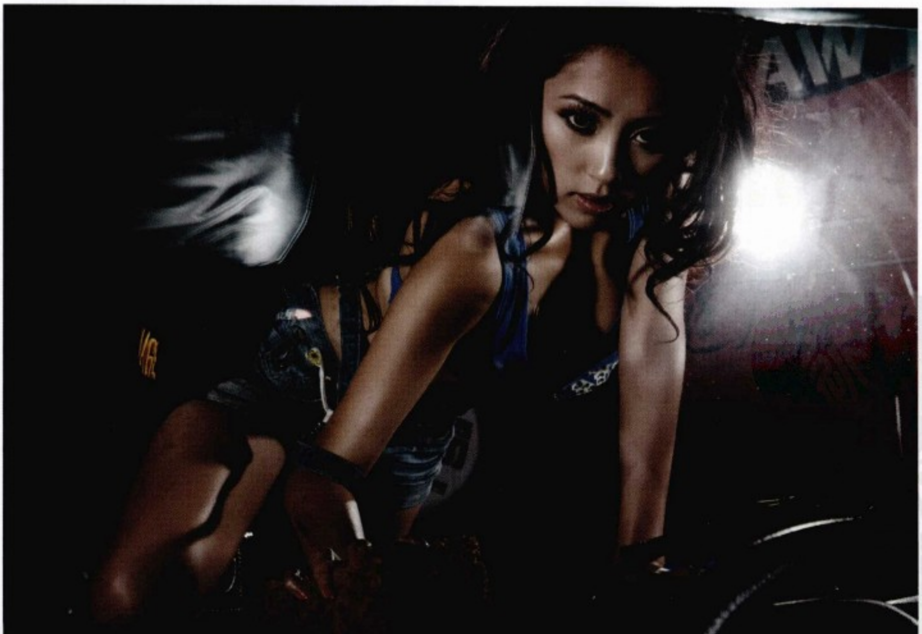


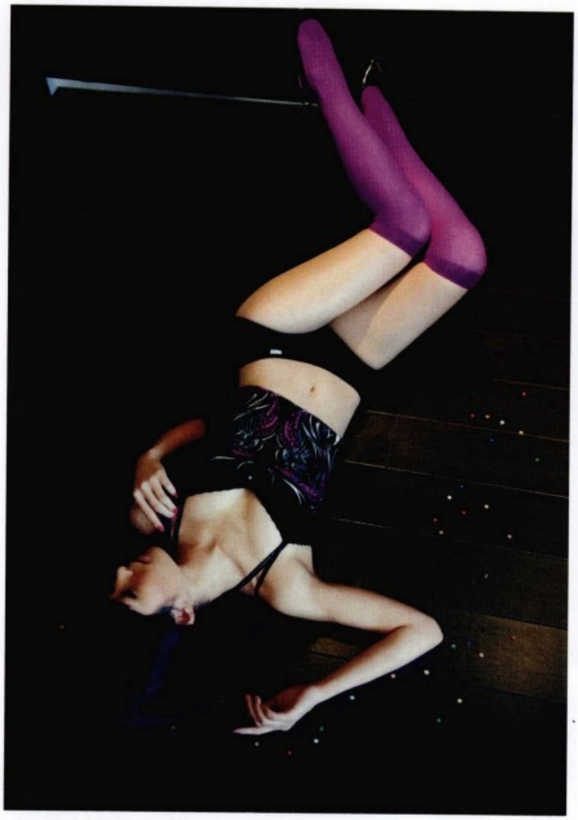
胆子再大一些

想要不一样感觉的构图，不但需要不断地尝试，胆子也一定要大一些。

这幅作品是一个阴天拍的，用的是小光圈低感光拍的，故意让曝光时间加长，让动的快的一些东西就虚了起来。因为是中心旋转，人面部的动势就慢，也就比较实，除了有意思的构图外，还有一个很好的虚实对比。

片子是在一个车库里拍的，空间和环境很受限，于是把相机挤进了驾驶座的地方，抓到这么一张，很多时候为了打破常用的机位，可以多找一些角度，多找一些变化。





你是唯一的你，就一定会有与众不同的想法及构图。

摄影作品是非常感性的，所以应该在一个基础上，充分来展现自己个性的一些东西，这点在构图上也是。这张用了倒躺的姿势，需要注意到的地方是模特姿势的形的特征和构图的关系，还有左上角的那个白线，是为了片子构图的协调而刻意保留的。

一直都是很喜欢秋天的，所以我给这组片子起的名字叫做《听说秋天回来过》，更显得是梦中的影像。拍摄的机位很靠下，前面的一些近景的草被放的很大，与人形成了一个交互。整组片子全是逆光的拍摄，光影反差最大的地方安排在了黄金分割处。构图的基础的用法还是无处不在的，所以多一些基础的积累，对于拍摄是件极有帮助的事。

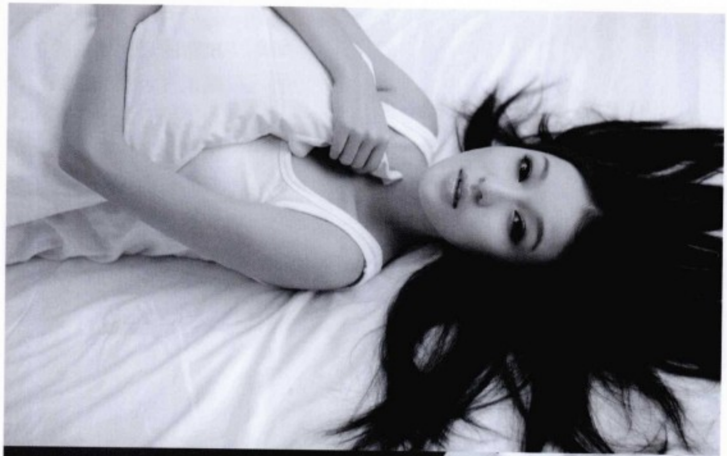
3.4 模特情绪及动作与构图的关系

模特肯定不是一组片子的唯一元素，特别是在一些创作当中，可能变得比较次要。但在大多数人像摄影当中，模特是片子的最终元素，而模特的肢体语言和情绪几乎又是这里面最重要的。

人物的动作关系

以人为主题的片子，人本身的结构的造型，就是一个最重要的结构构成关系。片子是在北京798拍的，背景是一面很破的墙壁。但我很喜欢那两个有质感的窗户，于是一下子被吸引住了。以人为主体，来打破背后两个窗户的均衡。

同样是在北京798拍的，同样是用人的主体来构成画面，片子的后期也可以反复推敲一下。多考虑一些片子中的元素，比如原片中的背景的大金属体，原来的颜色是很重的，对于人来说不均衡，就在后期的明度上进行了提高，片子就显得均衡些了；反之，会压得厉害，层次也会弱很多。



人像摄影的最大特征就是：主题是人，而人是有情绪的

我一直都喜欢拍感性一些的片子，所以模特的情绪是很重要的，这就需要拍摄时候对模特的引导和对拍摄环境氛围的照顾。这组片子的模特是赤雪，是我一个很愿意合作的小姑娘，很投入，所以拍摄也都进行得很顺利，而出来的片子也很容易到达预期的一些效果。

这张片子是在北京的一个最大的录音棚拍摄的，音乐和摄影又是自己最喜欢的，所以整个的创作过程是一件很愉悦的事，很容易又拍到伤怀的感觉。构图时用的偏移式，左侧的空间很小，体现了情绪的压抑，右侧的空间大，一只手搭在电子琴上，是为了体现出更多内心所想，留出一些思绪空间，带着一份无奈。

邮
电

片子是在北京玉泉路的烂尾楼拍的，主题是《天使失落城》。除了固有的一些东西，后期加了一些羽毛、烟雾的东西，就是为了加一些节奏性的东西，多一些交错和变化，把音阶拉得稍多一些。

3.5 构图的节奏

好的摄影作品的构图的元素也是如音乐一样有节奏的。欣赏好的摄影作品也就像欣赏美妙的音乐一样让人心情愉悦。

[美好的音乐旋律和节奏]

特写并不好拍，要刻画的东西更多。有一个比较讨巧的方法就是，为特写加上一些辅助性的前景，画面的层次就更好拉开一些。注意要避免的是，前景不能抢了主题。

拍摄这组片子的时候，窗外正好有一个工业的大烟筒，一直冒烟，偏偏正好挡住了太阳，烟随风摆动，光影也变得很迷离，所以这组拍摄多拍了几张。花瓣是后期加的，也是为了加一些关系，多一些层次和氛围。

好片子需要很多的综合元素，构图是其中一大部分，但更多的还是摄影师本身素质的修养。技术的东西在一个阶段积累之后，总会解决，但更多的片子之外的东西却是要不断地去尝试、去积累的。最后希望大家都能摆脱基础上的束缚，拍出一些很好的摄影作品，好好享受摄影本身，一如应该好好地去享受生活。

第四章

人像摄影用光

本章作者：汤庆盛
蜂鸟ID：TOM
蜂鸟人像版版主

作品曾刊登在国内众多主流影像杂志上，受到广大摄友的好评。职业经商，业余摄影。一个把摄影当作体育锻炼的人，一个似乎把业余的事儿做得比本职更好的人。

人们常说“摄影是光与影的艺术”，从这句话中我们可以领会到光线的运用对于摄影作品的重要意义。然而，摄影中的用光所涉及的问题千变万化，随着摄影技术的不断发展，其理论也愈发博大精深。限于作者的水平以及本书的篇幅，我们不可能就此进行面面俱到的探讨，只能将我们认为人像摄影爱好者在学习过程中可能遇到的问题，以及相关的经验和小窍门做一些浅显的介绍。所以我们这章将主要针对一般环境下进行人像拍摄的用光进行讨论，也就是我们常说的“环境人像”的用光技巧。

4.1 光线是照片成功的基本要素

[寻找理想的光线]

在不借助任何辅助工具的情况下，我们拍摄环境人像的时候主要利用的是来自大自然的光线，比如日光、月光等，当然也有一些人为的光线可以被我们利用，比如路灯、建筑反光等。那么，什么是理想的光线呢？首先是强度要适宜。我们知道，在当前的技术条件下数码相机里的感光元件所能记录宽容度是3，只相当于胶片所能记录的60%左右，因此当拍摄光线强弱悬殊很大的照片时，会出现严重的过曝或者欠曝现象，这会严重影响照片的内容和画质。由此，选择强弱适当的光线是首先要考虑的。一般来说，我们主要观察画面中的主体（人物）和周边的环境之间的亮度差别，使之保持在一个合理的范围之内。当然，这也不是绝对的，如果你的主题表达需要，也可以牺牲一部分环境的细节。比如一些用天空做背景的照片，当人物的曝光比较合适的时候，背景（天空）部

分会变得发白，失去了云彩等细节，这些也可以通过后期手段来予以修补。

其次是光线的方向，这一点尤为重要。顺光是最容易把握的光线，它可以把你的拍摄主体全部照亮，有助于细节的表现。但是顺光的片子由于光线缺少变化，容易流于平庸，所以建议大家选择性地使用。侧光（或者说侧逆光）比较有利于塑造形体，在这种光线下拍摄的人像比较具有立体感，画面也因此生动很多，应该是爱好者们拍摄的首选光线。逆光比起前两种光线来说，是最有魅力的也是最难驾驭的光线，要逐渐摸索、逐渐积累经验以后再加以运用。

再次，需要提醒初学者的是，刚开始选择光线的时候应该注意以简洁为主，最好使用一个主要光源，避开强烈的反光（如玻璃，装饰品等）。

[学会人为改变光照]

当自然界所给我们的拍摄条件不能满足我们对于光线的要求的时候，学会人为改变光线的性质就显得尤为重要。在这方面，主要有两个解决之道：反射和补光。

反射，就是利用反光板等反光材料来改变和补充光照。作为一个人像摄影爱好者来说，反光板应该是一项必备的工具。反光板的用处很多，但是真正用好反光板却不是一件很容易的事儿，关于这方面的问题，将在本章的4.5节做进一步地讨论。

补光，一般是用机顶闪光灯、外拍灯等光源来提高被摄人物的亮度。但这时光线的强弱和方向是必须加以注意的，尤其是在环境光线比较弱的时候。摄影爱好者在遇到室内或者天黑前等四周比较暗的情况下，往往喜欢打开机顶的闪光灯来拍摄，其实这样的效果不一定好。一来因为机顶灯光线是和摄影师来自同一方向，也就是我们前面说到的顺光，这样的光线作为新闻摄影未尝不可，但是作为人像作品就显得比较苍白。其次，机顶灯的功率有限，照射的范围较小，而光线一般都比较硬，在照亮了人物的同时，如果你按照人物面部的亮度来设置曝光参数，往往会将背景压得很暗，失去了很多细节。

尝试自主改变光照，是人像创作的一个重要环节，也是提高自己摄影水平的必修课，希望大家对此给予高度的重视。

4.2 光线也分软硬派

在人像摄影创作的实践中，我们一直强调这样一个理念：一切为主题表现服务。这就是说，在确立了你的照片的主题之后，所有的一切，包括摄影技巧、服装、道具以及模特的选择等，都应该围绕这个主题展开准备，当然也包括在用光方面。我们必须认识到光线对于塑造人物、烘托环境，并以此来更好地表达照片的整体思想的重要性。

[柔和的光线表现女性的美丽]

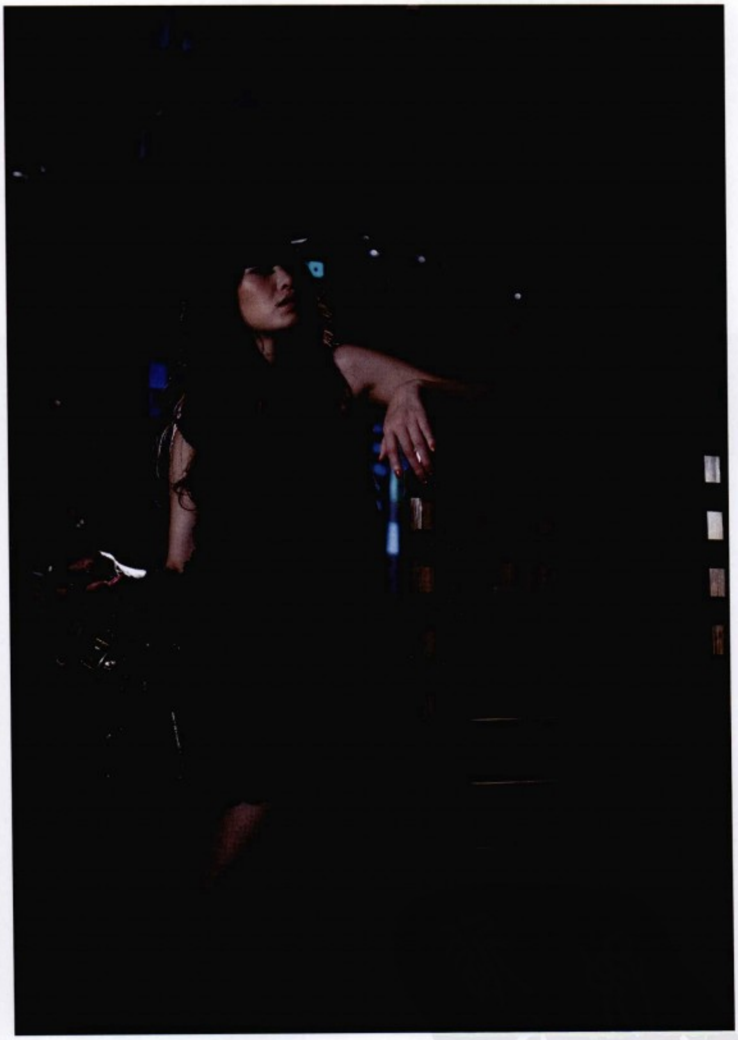
阳光透过落地窗照进室内，洁白的窗帘起到了柔光罩的作用。柔和的光线落在模特身上，模特显得优雅动人。在这样的光线下拍摄，充分表现了模特温柔美丽的一面。

多云的天气，阳光穿过云彩之后变得非常柔和。模特身着一袭白裙漫步在清澈的溪水中，远处是青翠的河岸，水面上倒映出绿树和模特美丽的身影。这一切都与当时柔和的光线密不可分。

[用硬朗的光线突出个性]

通常我们把直射光线理解为硬光。例如，光线从模特左侧直射过来，形成明暗差别很大的效果，衬托了模特高贵的气质。

PDG

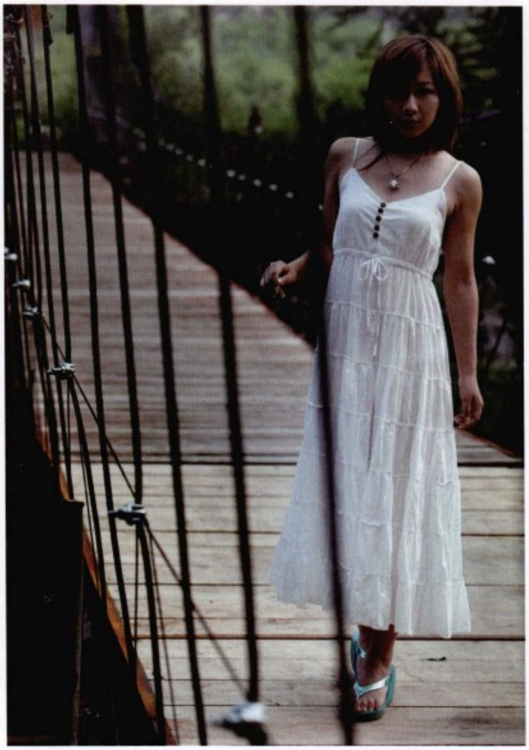


这是一张在书房拍摄的人物肖像。灯光从模特头顶右上方直射下来，照亮了人物的上半身和腿部，其他部分则隐藏在黑暗中。这种硬朗的光线形成比较大的反差，带来一种神秘感，进而突出了人物个性。

4.3 常见人像用光实例

前面我们已经说过，在人像拍摄中，我们以侧光为主，这样比较有利于塑造人物的形体，使得画面更具有立体感。顺光也被称之为平光，更多是在初学阶段使用。而逆光的魅力是巨大的，但掌握起来具有一定的难度。除此之外，我们经常遭遇的光线条件还有顶射光和漫射光。

顶射光是指晴朗天空条件下，正午时分的光线。这时太阳从模特的头顶射下，人的眼睑、鼻下，唇下会被投射难看的阴影，所以这个时段是不被推荐的拍摄时间。而漫射光则是指在阴天情况下，光线没有一个明确的方向，仿佛被罩在一个巨大的柔光箱里。虽然很多初学者很不喜欢，但事实上只要技术运用得当，这种天气下拍出好片也是很有可能的，甚至我们可以说漫射光也是一种很有把握的光线。



最有把握的光线

一般来说，侧光、漫射光或者侧逆光在拍摄人像时用的比较多，也比较容易把握。特别是在没有其他补光设备或者助手的情况下，利用这几种光线也能拍出很精彩的人像照片。

侧光环境下的人像，明暗过渡有制，画面丰满而且立体，非常适合表现人物。

漫射光柔和细腻，也能刻画大多数的细节，但不像顺光那样僵硬。照片中模特穿着浅色衣服，和深色的背景形成了反差，画面丝毫不觉平淡。

这张同样是漫射光，但是带一点侧逆光的效果。画面中背景明亮的水面以及淡淡的白色烟雾起到了很好的衬托作用。

从侧面突出线条

侧光顾名思义就是从人物侧面照射过来的光线。侧光拍摄会形成强烈的明暗对比效果，使人物显得鲜明立体，非常适合塑造人物性格。需要注意的是，如果现场明暗反差太大，可以在较暗的一侧适当使用反光板或者外闪补光。

典型的侧面光拍摄。从落地窗照进来的阳光在模特的面部及身侧勾勒出一条动人的金色线条。

此幅照片在侧光下拍摄。从人物右侧照射过来的阳光在模特面部和身前形成一道美丽的亮边，一下子成为照片的亮度。

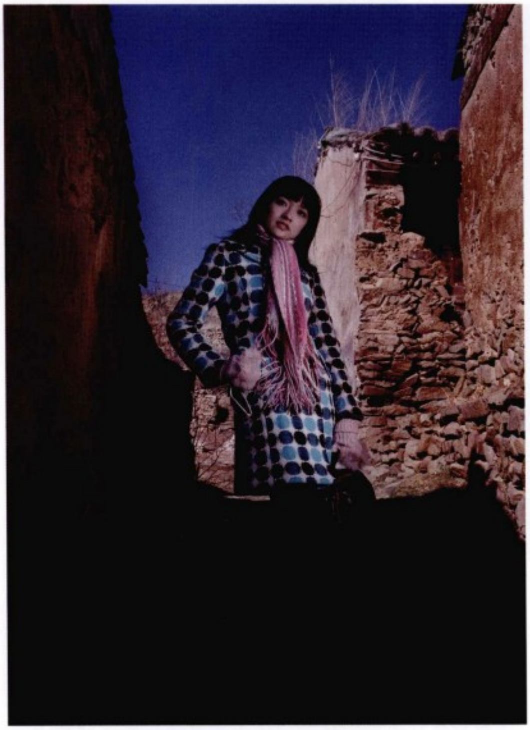
挑战逆光

逆光带给我们的视觉感受往往是最奇特的，尤其是对于光线的刻画上面。逆光照片的优势十分突出，因为光线来自人物的身后，从正面看过去往往会显得人物的面部亮度不够，甚至呈现剪影的影像。这时候很多人会想到在正面补光，比如运用反光板或者闪光灯来提高人物的亮度。这虽然不失为一种解决之道，但是可以在实践运用中根据实际情况灵活掌握。

事实上，我们可以认为光线是可以简单加减的。比如我们假设模特身后的光线是10，在没有补光的情况下我们假定模特脸上的强度是5，这样10-5=5，这样一个光线的差别留下的空间使得逆光的效果得以充分地展现，虽然人物的面部有一些欠曝，细节显得稍弱，但是整幅片子的光线感觉非常好。而如果我们在正面补光，这时我们假定模特面部的光线强度由于辅助光源增加了3的亮度变成了8，10-8=2，在这样的一个光比下，逆光的效果大打折扣，看上去照片因为光线的感觉被淡化，而失去了很多味道。因此，可以说，挑战逆光是在满足主题表达的前提下，以牺牲一部分对于人物细节刻画为代价而充分利用环境的因素，特别是光影效果来渲染气氛、提升照片内涵的一种表现方式。在面对这种挑战的时候，要依靠你对光影的感觉和你的胆量。

当你拍摄逆光的照片时，往往会遇到一些很奇特的眩光，有时呈线状还带有若干个好看的光圈。注意不要刻意去避开这种现象，因为它能让你的照片增色不少，只是要在取景器里仔细地观察，然后调整位置和角度，让眩光不要影响到你的主题表达。

在这里，我想顺便引申一个理念：毫无疑问，人像摄影作品上主体是人物，但是，如果仅仅满足于在用光上把主体（人物）照顾得很好，或者只是片面地考虑把人物拍得光鲜靓丽，那不一定是好作品。要记住，我们是要拍一张漂亮的、有内容的照片，而不是仅仅把模特拍漂亮就完成了任务。



[避免顶光造成的阴影]

为了避免顶光在人物脸上投下难看的阴影，在中午时分进行的拍摄应该采取一些必要措施。有这样几个办法。首先是避开阳光，这个时候的拍摄可以选择在照明条件比较好的房间内，利用窗口的光线（必须提醒大家，中午时分往往是拍摄室内自然光线人像作品的最佳时机）。其次，可以在树荫下以及在建筑物的阴影下拍摄。还是那句话，我们不一定非要选择模特脸上最亮的地方拍摄。最后，我们还可以使用闪光灯、外拍灯和反光板等器材来改变光线的方向。

模特站在房屋的阴影下，正面使用反光板补光，使得人物正面及左右曝光正常。画面左侧阳光直射地面和右侧处在阴影中的墙壁形成了呼应。

4.4 巧用不同天气和时间的光线

阴天是巨大的柔光箱

不要以为只有明媚的阳光才有助于人像的刻画，事实上很多阴天情况下一样可以拍出精彩的作品，甚至我们在这里要鼓励大家在保护好自己的摄影器材的前提下，尝试在雨雪天气里拍摄人像作品。

阴天的光线被称之为漫射光，这种光线很发散，几乎可以照顾到所有的角落。同时这种光线又很柔和，减小了画面中光的强弱差距。我们知道数码相机的宽容度很有限，因此在阴天的条件下数码相机的发挥会更自如。在阴天的情况下，我们拍一些低反差的照片，可以更好地刻画细节。比如说白色的衣服，由于反射强度比较高，在晴天里拍摄的话，当模特的脸上曝光比较合适时，衣服就已经过曝了，看不到一点细节。而在阴天里由于有了云层这个巨大的反光板，我们拍出的照片可以细腻地表现白衣服上的每一条褶皱，而利用好这种细节往往会让你的照片更有味道。我们看到很多在室外拍摄的时尚人像作品都利用这种天气，那就是因为时尚摄影一般都肩负有商业使命，而表现质感又是商业摄影作品的要求。

任何事情都有两面性，阴天的光线既然让我们看到了更多的细节，同时也为我们拍摄时增加另外的难度——取舍。我一直认为摄影，特别是人像摄影大多数情况下是做减法的，也就是说要善于取舍。太多的细节不一定会有利于突出主体，那么我们在拍摄的时候就要做更多的考虑，留下那些我们认为有益的细节，同时大胆抛弃那些不利于主题表现的东西。

此外，在稍微远离城市的地方，一早一晚经常会有淡淡的雾霭或者来自村庄的炊烟，利用好这些特有的效果，能让空气的感觉得以体现，照片会更有味道。

[早晨和傍晚的光线最迷人]

对于环境人像的拍摄来说，一天里的早晨和傍晚是最适合拍摄的时机。这主要是体现在光线上，早晨和黄昏时分的光线更加接近水平，不像中午那样从头顶垂直射下。由于光线的方向好，使得我们能够尝试各种用光，顺光、侧光、侧逆光以及逆光拍摄都可以运用，无疑会让你的作品更加立体。而且，这时的光线比较柔和，色温比较高，掌控起来比较容易。

傍晚时分，金色的阳光透过薄雾洒在河滩和水面上，模特身穿白色长裙站在小溪中遥望远方。整个画面给人一种温暖、静谧的感觉。

如此说来早晨和傍晚的时光，应该成为人像摄影爱好者的首选拍摄时段。但是，要想利用好这段时间还需要做到心中有数。因为这一时间内光线最佳的拍摄时间是很短的，一般只有半个小时甚至10分钟。所以最好能够预先查看并且确定拍摄的地点，包括背景环境的选择、光线的预判、构图安排等，只有做到胸有成竹才能确保抓住这最佳时机拍出满意的作品。

[善于利用窗户的光线]

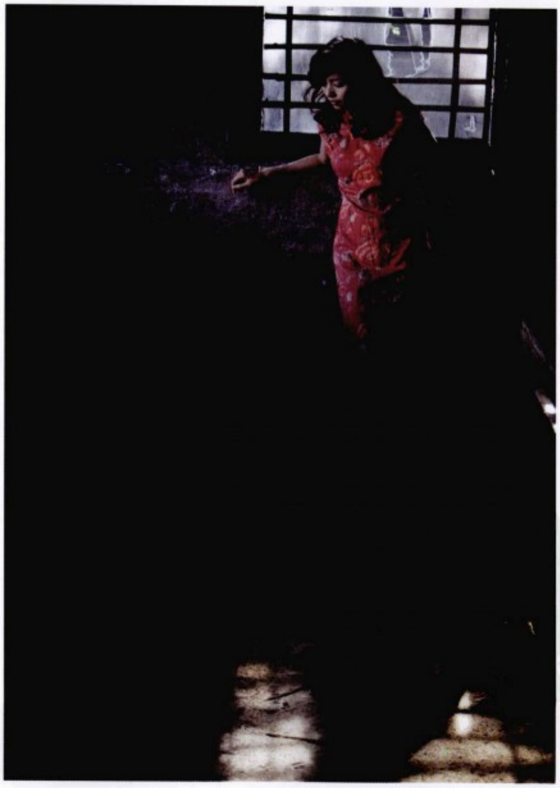
室内也是拍摄环境人像的地方，有时是主题表达的需要，有时也如我们前面说的避开一些不太适合拍摄的光线。这时候，窗户就成了某种意义上的主要光源。窗子里射入的光线比较特殊，相对聚集，但是比闪灯的光线稍微柔和一点。总的来说，由于室内外光照强度差别较大，所以通过窗子射入的光线光比比较大一些，但是具有独特的魅力。

模特静静地站在窗前，左手推开窗帘，向窗外望去。窗外柔和的光线照在模特身上，和背景中壁灯照亮的客厅相互呼应，很好地衬托了人物的表情。

阳光透过窗户照进画室，经过墙壁、画板、地面的反射，形成色彩斑斓的效果。模特端坐其中，像是在欣赏面前的画，又像是在思考。整个画面光影交错，层次丰富。可见善于观察和利用窗户的光线能够拍出别具一格的人像照片。

[别只注意了光而忘了影]

光影实际上是密不可分的，有光的地方一定会有影子。大家在注意用光的时候，千万不要忽视了影子。影子作为画面的一部分，并不是可有可无的东西，它经常可以起到很大的作用。比如，人物脚下长长的影子，可以从视觉上改变人体的比例，显得更加修长。影子可以渲染气氛，主体在画面之外时投入画面的影子让人产生一定的联想。影子还可以藏匿那些对于画面无助的多余细节。此外，水面的倒影和玻璃幕墙等物体上的倒影也可丰富画面的趣味性。建议大家在拍摄的时候仔细观察，并加以足够的重视，合理地安排。

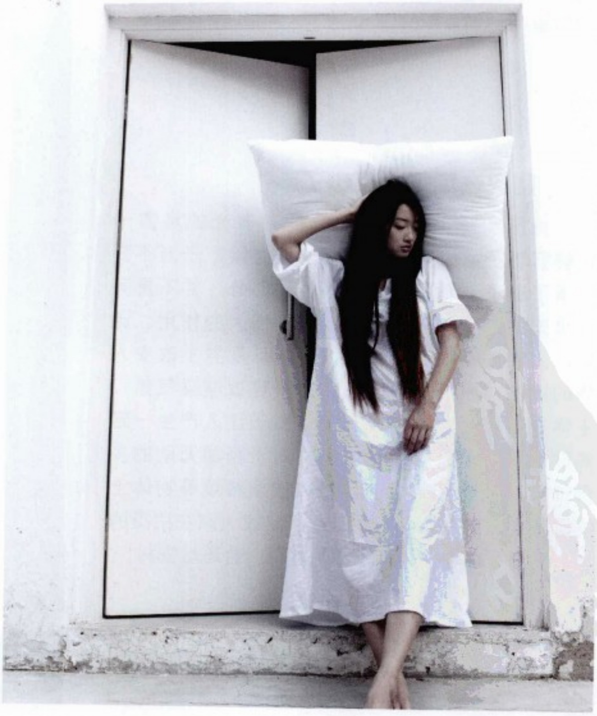


窗外射入的光线照在模特身上，在地上留下清晰的影子。地面上的光斑对画面也是一个很好的补充。

4.5 补光的技巧

补光，顾名思义就是在补充光线的强度。那么在什么情况下需要补光呢？

首先当然是在光照强度不足的情况下，比如在阴天很暗以及拍摄夜景人像等。



那么在晴朗的白天我们是不是也要补光呢？其实是有必要的。在光线比较接近水平的情况下我们拍摄侧光的照片，这时模特面部的光线呈一半亮而另一半处于阴影的状态。如果光的强弱的比例较大，暗部那一边失去了细节，就是俗称的“阴阳脸”，所以需要对着这一部分补光，使其与强光侧的差距缩小。

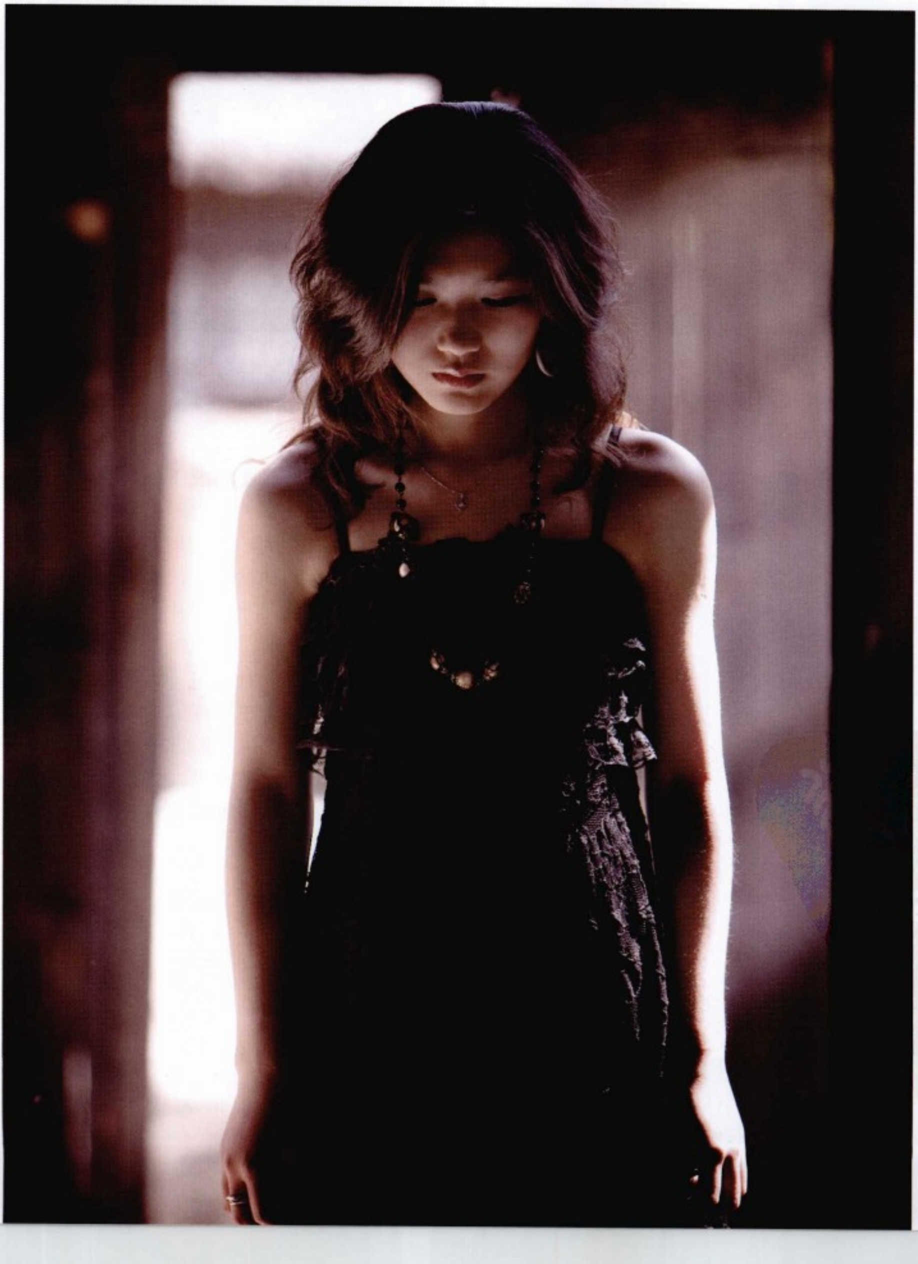
逆光的拍摄经常也需要补光。为了避免把逆光照片拍成一张简单的剪影照片，适当地补光可以使得人物正面的轮廓细节得以在一定程度表现。请注意，这里我要强调的是“适当”，因为如果补的光太强，甚至超过了背后来光的强度，那么就不是逆光作品了，照片原来应有的味道会丧失殆尽。

顺光情况下，人物的正面全部被照亮，这时候补光的运用也是有的。特别是在一些背景比较明亮的情况下，比如以蓝天白云作为背景的照片，当人物的脸部曝光合适的时候，背景往往过曝成为一片苍白。为了让云天的磅礴气势来衬托你的画面，我们必须提高人物脸部的亮度，使其接近天空的亮度。这种时候使用闪光灯或者反光板来补光是非常必要的。

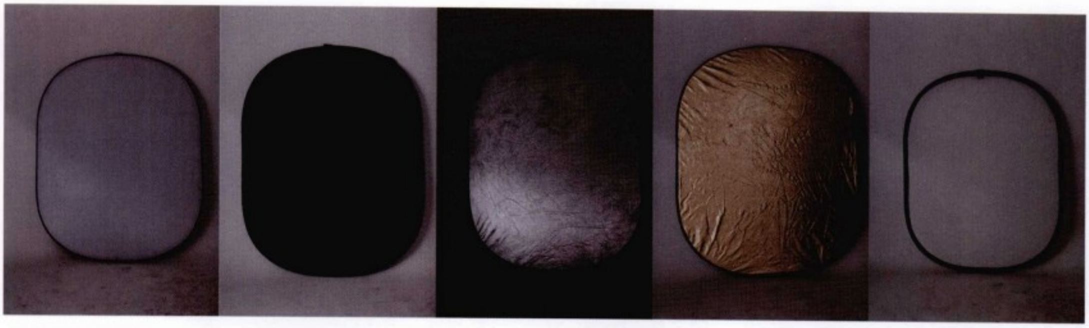
[用好反光板也有技巧]

反光板作为人像拍摄时的一项重要工具，几乎是所有拍摄条件下都离不开的。千万不要偷懒，觉得差不多了就不用反光板。有的时候，当反光板的光线投下以后，你会看到一种出乎你意料的不同效果。

反光板的选择很有讲究，市面上有很多种。但是对拍摄人像来说，我建议还是买规格在1.2米以上的，最好是那种田径跑道形状（接近椭圆）的，实在不行也可以选择圆形的。要是想更好地使用，一定要买那种“五用“的，即：外面有一个套子，套子的正面银色，可以在环境色温比较高的时候（傍晚时分）使用；反面金色，适合在色温比较低的环境下使用，比如上下午；抽出有硬边支撑的内芯可以用白色来反光，在光线最强烈的时候使用这种反光面，可以让光线变得柔和很多；将白色的内芯放在光源的方向可以起到柔光箱的效果，尤其在正午时分，把白色内芯置于模特的头顶可以避免眼睑和鼻下的阴影过强；而外套翻过来是黑色的，放在光线来向的另一侧可以吸光，营造类似单灯的硬朗效果。有了这“五用”，我们在拍摄时的用光手段可以丰富不少。



PDG



很多朋友在使用反光板的时候，喜欢找到最强的反光位置来投射，其实这是一种片面的理解。有的时候你稍微转开一点角度，让反射到模特身上的光线不那么强反而更好。这种强与弱的选择是要根据背景的亮度来决定的，在背景不是那么明亮的情况下使用最强的反光，会让人物在画面中显得突兀。此外，反光板的方向也很重要。我看到很多外拍的朋友把反光板放在模特侧下方，这样模特脸上的光线是自下而上的，这种效果是很不好的。好比我们晚上经常开玩笑吓唬人时那样，用一支手电筒从下往上照自己的脸，看起来有点恐怖。另外，反光板在使用的时候，不要正对着模特脸上打，这样容易造成那种光线过于平实的效果，不利于立体地刻画。我们推荐的方法主要是从光线的弱侧打过去，以期减小脸上的光比；在条件允许的情况下，适当抬高反光板的位置，从侧上方反射，这样的效果更加接近自然光线的效果。

一同拍摄的人比较多的时候，大家可以互相帮忙打板来拍摄，那么一个人带着模特外出拍摄的时候怎么办呢？墙壁、树干等都可以作为我们支撑反光板的地方，要善于观察环境，找到合适的支撑。当然，还可以利用我们的三角架来架设反光板。现在市面上有一种专门结合三角架一起使用的反光板架杆，利用这种架杆我们可以自如地调整反光板的位置，但是在风大的时候缺乏稳定性。

[没有反光板怎么办]

在我们身边，有很多反光材料可以使用，以弥补我们没有随身携带反光板的遗憾。白纸、白衬衫、白色的泡沫板（这种用作包装物的材料往往是最好的反光板，只是不太便于携带而已）等，都可以临时被用来做反光板。也可以因地制宜，利用白墙、建筑物的玻璃幕墙等。

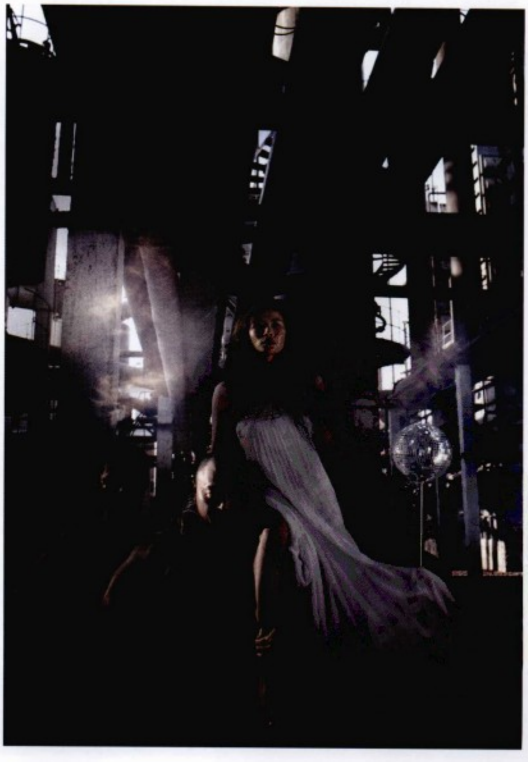
比如，我们有的时候会在水面上拍摄逆光照片，这时候水面上反射的光线让你省去了使用人工手段补光的麻烦。

白天同样需要闪光灯

不要以为闪光灯仅仅是在弱光下使用的，比如夜晚和光线昏暗的室内，其实在人像拍摄实践中，你会发现要想拍出好照片，白天和光线很强的情况下我们会更多地使用闪光灯。而且恰恰相反的是，我们在拍摄夜景的时候尽量不使用闪光灯，因为闪光灯带来比较强的照度，当模特脸上曝光合适的时候，背景往往成为漆黑一片，没有环境细节的环境，人像是没有意义的。

那么，为什么要在白天使用闪光灯呢？主要有几个目的，第一是压暗天空，让蓝天更蓝，让云层更具有层次；第二是补光，在模特某一侧的自然光过于强烈的时候，为了避免阴阳脸，我们在暗侧用闪光灯补充，在拍摄逆光照片的时候，我们在反向补光刻画人物的面部表情；第三是拍摄一些大景深的人像作品，采用了闪光灯后可以让我们的光圈缩得更小，从而让环境有更多的表现。

总之，摄影的用光是一项非常灵活多变的学问，不要被脑子里的条条框框限制自己的想法，大胆实践才能获得真正意义上的突破。



ROXY
COWBOY

第五章

人像摄影色调

本章作者：苏杭
蜂鸟ID：幻影骑士

2006年爱上摄影并开始疯狂创作，主攻人像、时尚、时装广告类摄影，风格独特，艺术气息浓厚，作品随意自然且有内涵。

合作过的平面媒体有：《男人装》、《风度》、《数码》、《青年视觉》、《今日人像》、《大众摄影》、《摄影之友》、《新华航报》、《车王》、《汽车导报》、《0086》等。

合作过的网络媒体有：新浪、搜狐、腾讯、蜂鸟、POCO、中关村在线、太平洋等。

合作过的明星艺人有：潘玮柏、张震岳、任贤齐、耿乐、佟大为、章子怡、李冰冰、陈德容、郭可盈、任小天、于娜等。

曾获得荣誉：蜂鸟网最具人气摄影师、POCO最具实力摄影师、黑光杯全国十佳摄影师、人民摄影报"名人杯"十佳摄影师等。

色彩是一张照片给人的第一感觉。我们看到一张照片首先感受到的就是色彩，然后才能看到片子的内容。如果一张彩色照片色彩不出众，那这张照片的关注度将大打折扣。

色彩的呈现取决于光，有光才会有色。光产生于光源，光源有自然的和人造的两类。现在我们知道，被认为是白色（或无色）的阳光和所有的灯光都是由各种波长与频率的色光组成的，这些色光依次排列，即所谓"光谱"。不同光谱的灯如白炽灯、荧光灯等所发出的光，其色彩感觉也不同。

5.1 白平衡与色彩还原

想要照片呈现出美丽的色彩，我们首先要做到的就是要保证片子拍出来以后不偏色，也就是准确的色彩还原。但如何做到对色彩进行准确地还原呢？说到这里就要提到一个名词——白平衡。

在了解白平衡之前，我们先要搞清一个非常重要的概念——色温。在讨论彩色摄影用光问题时，摄影师们经常提到“色温”的概念。色温究竟是指什么？我们知道，通常人眼所见到的光线，是由7种色光（红、橙、黄、绿、青、蓝、紫）的光谱所组成，但其中有些光线偏蓝，有些则偏红。色温就是专门用来量度和计算光线的颜色成分的方法，关于色温的具体概念这里就不多说了，因为这不是我们本章要讲的重点，不明白的朋友可以查阅一下相关资料。色温的计算单位用K来表示（开尔文温度单位）一些常用光源的色温为：标准烛光为1 930K，钨丝灯为2 760～2 900K，早霞为3 000K，黄昏为4 000K，中午阳光为5 400K，闪光灯为6 000K，阴天为6 500K，蓝天为10 000K以上，等等。

白平衡是一个很抽象的概念，最通俗的理解就是让白色所成的像依然为白色，如果白是白，那其他景物的影像就会接近人眼的色彩视觉习惯。由于人眼具有独特的适应性，使我们有的时候不能发现色温的变化。比如在钨丝灯下待久了，并不会觉得钨丝灯下的白纸偏红，如果突然把日光灯改为钨丝灯照明，就会觉察到白纸的颜色偏红了，但这种感觉也只能够持续一会儿。相机的CCD或CMOS并不能像人眼那样具有适应性，所以如果相机的色彩调整同景物照明的色温不一致，就会发生偏色。

PDG

那么什么是白平衡呢？白平衡就是针对不同色温条件，通过调整相机内部的色彩电路，使拍摄出来的影像抵消偏色，更接近人眼的视觉习惯。白平衡可以简单地理解为在任意色温条件下，相机镜头所拍摄的标准白色经过电路的调整，使之成像后仍然为白色。这是一种经常出现的情况，但不是全部，白平衡其实是通过相机内部的电路调整（改变蓝、绿、红三个电平的平衡关系）使反射到镜头里的光线都呈现为消色。如果以偏红的色光来调整白平衡，那么该色光的影像就为消色，而其他色彩的景物就会偏蓝（补色关系）。

许多人在使用数码像机拍摄的时候都会遇到这样的问题：在日光灯的房间里拍摄的影像会显得发绿，在室内钨丝灯光下拍摄出来的景物就会偏黄，而在日光阴影处拍摄到的照片则莫名其妙地偏蓝，其原因就在于“白平衡”的设置上。

现在的数码相机都有自动白平衡的功能，而且是出厂默认的，数码科技越来越成熟，自动白平衡的准确率也是越来越高，使用起来也简单、快捷。但有时按它的调整拍摄，离准确的色彩还原还相距甚远，有时它还会帮倒忙。这时候我们就需要相机里面的手动白平衡功能来进行调整了，一般来说，用户需要给相机指出白平衡的基准点，即在画面中哪一个“白色”物体作为白点。但问题是什么是“白色”，譬如不同的白纸会有不同的白色，有些白纸可能稍微偏黄些，有些白纸可能稍稍偏白，而且光线会影响我们对“白色”的色感。那么怎

样确定“真正的白色”？解决这种问题的一种方法是随身携带一张标准的白色的纸，拍摄时拿出来比较一下被摄体就行了。这个方法的效果非常好，那么在室内拍摄中很难决定此种设置时，不妨根据“参照”白纸设置白平衡。在没有白纸的时候，让相机对准眼球认为是白色的物体进行调节。市面上有卖专业的标准白色和灰色卡，但这些专业的卡片价格也比较高，从几百元到上千元不等，有要求的影友可以买来试一试，对校准白平衡有很好的效果！

以上说了这么多，无非是想让大家对色彩有一个“标准”的概念，只有先有了“标准”，我们才能针对拍摄出来的作品色彩进行进一步艺术创作。

5.2 色彩搭配

色调配色指具有某种相同性质（冷暖调、明度、饱和度）的色彩搭配在一起，色相越全越好，最少也要三种色相以上。比如，同等明度的红、黄、蓝搭配在一起，颜色比例比较平均，没有重点，就好比彩虹一样。

[渐进配色]

按色相、明度、饱和度三要素之一的程度高低依次排列颜色。特点是即使色调沉稳，也很醒目，尤其是色相和明度的渐进配色。彩虹既是色调配色，也属于渐进配色。

红、橙、绿、蓝等渐进颜色同时安排在画面中。

大面积的红、橙、黄、绿、蓝等颜色占据了照片的大部分，色彩丰富而不杂乱。

[协调色搭配]

指两个比较接近的颜色相配，如：红色与橙色、黄色与草绿色或橙黄色相配等。

粉红与橙色两个在色调上相近的颜色搭配，让照片有一种很温暖的感觉。

黄色与绿色两种相近的颜色同时出现在画面中，显得非常协调。

合理安排照片中红色与蓝色的位置与面积，让照片有了活跃的气氛。

[蓝色与红色的搭配]

在所有颜色中，蓝色最容易与其他颜色搭配，不管是近似于黑色的蓝色，还是浅蓝色，都比较容易搭配。而且，蓝色具有紧缩身材的效果，极富魅力。生动的蓝色搭配红色，使人显得妩媚、俏丽，但应注意蓝红比例适当。

大量蓝色在浅色背景的衬托下，显得非常醒目。

突出显示黄色，画面对比感强烈。

[单重点配色]

让两种颜色形成面积的大反差。其实，单重点配色也是一种对比，相当于一种颜色做底色，另一种颜色做主题。

青色与橙色这两种互补的颜色使得整个照片对比很突出。

[补色配合]

指两个相对的颜色的配合，如：红与绿、青与橙、黄与紫等。补色相配能形成鲜明的对比，有时会收到较好的效果。

黄色和紫色是最有代表性的补色关系，运用得当能获得异常精彩的效果。

冷暖色调

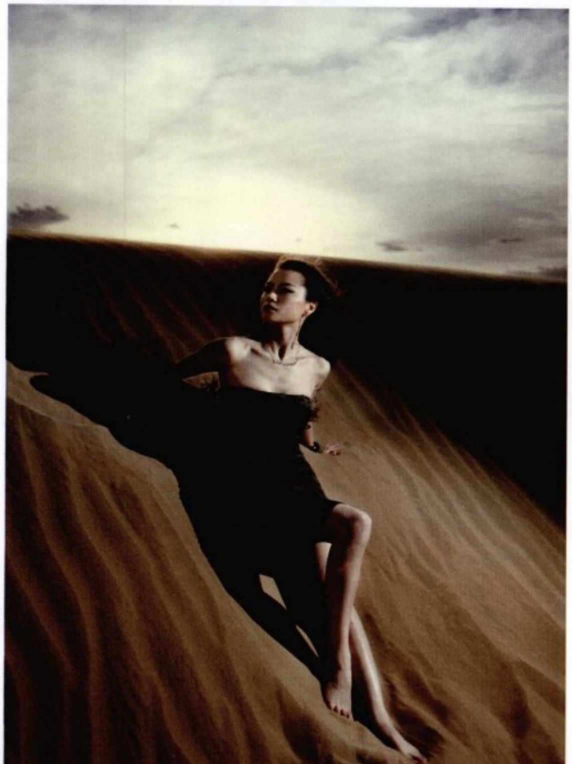
色调不是指颜色的性质，而是对一张作品的整体颜色的概括评价。色调是指一幅作品色彩外观的基本倾向。在明度、纯度、色相这三个要素中，某种因素起主导作用，我们就称之为某种色调。一张作品虽然有很多种颜色，但总体有一种倾向，是偏红或偏蓝，是偏暖或偏冷等，这种颜色上的倾向就是一张照片的色调。通常可以从色相、明度、冷暖、纯度4个方面来定义一张片子的色调。

红色、橙色等暖色调占据了画面的大部分。

色调在冷暖方面分为暖色调与冷色调，红色、橙色、黄色为暖色调，绿色、蓝色、黑色为冷色调，灰色、紫色、白色为中间色调。冷色调的亮度越高，其整体感觉越偏暖；暖色调的亮度越高，其整体感觉越偏冷。冷暖色调也只是相对而言，譬如说，红色系当中，大红与玫红在一起的时候，大红就是暖色，而玫红就被看作是冷色；又如，玫红与紫罗蓝色同时出现时，玫红就是暖色。

大面积的深蓝色，是典型的冷色调风格。

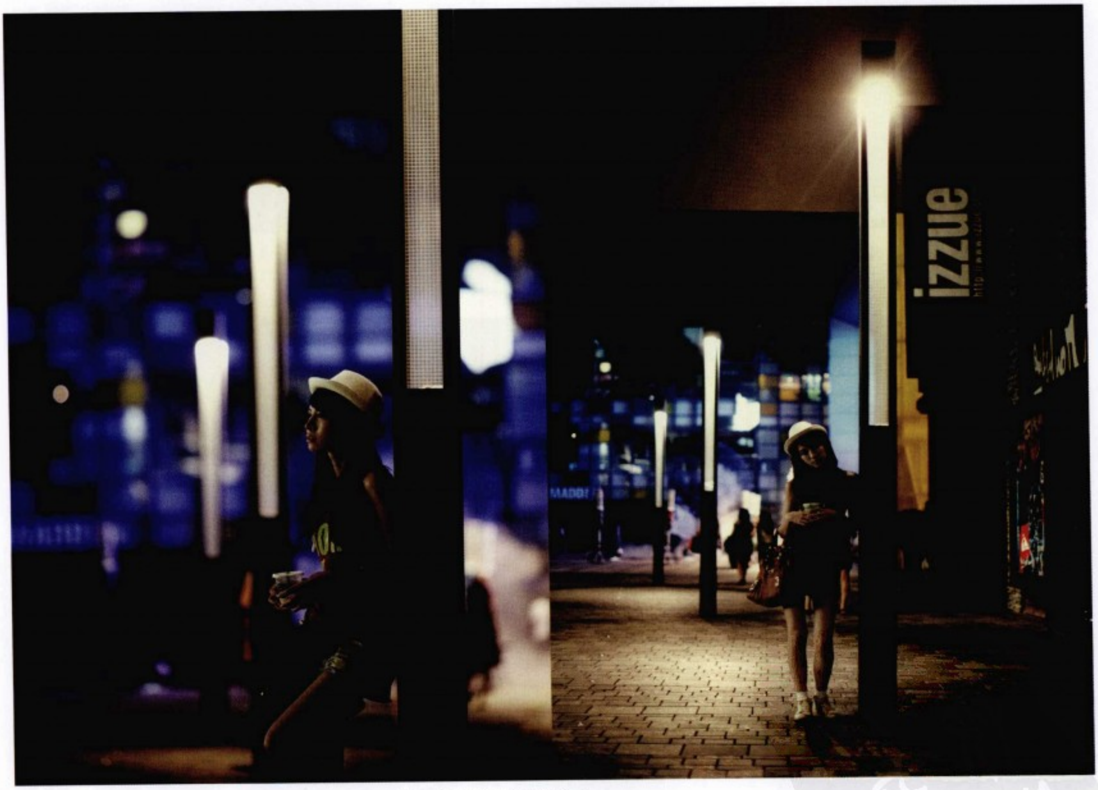
色调在作品中非常重要，如果一组作品没有一个统一的色调，就会显得杂乱无章。



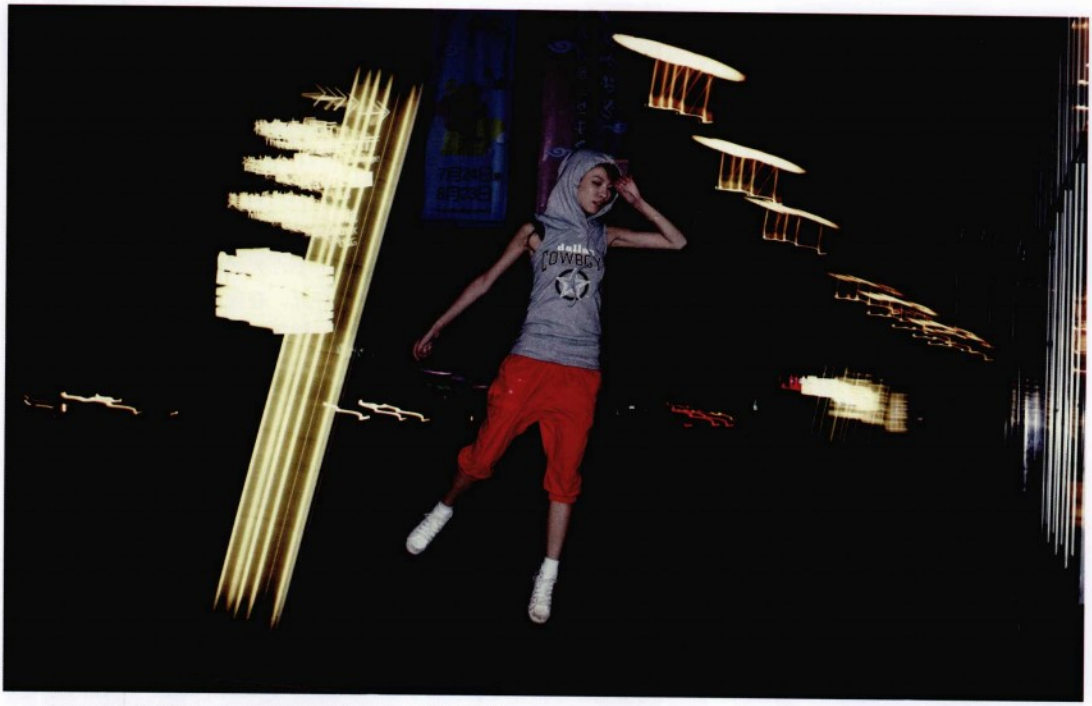
这组照片都以黄色为基调。

5.3 夜景人像——人造光源与色彩

在城市，夜晚的灯光是很绚烂的，五彩缤纷的人造光源为拍摄创作提供了很好的条件，只要善于观察把握和利用光源，就能拍出很有意境的人像作品。很多人在夜晚拍人像都不知道如何下手，光线暗，快门速度过慢，用自带闪光灯拍出来又觉得不好看，没层次等，其实就是没有很好地利用夜晚的灯光。夜晚的霓虹灯功率大多都很大的，几百至上千瓦，照明是完全没有问题的，但要找好位置和角度。譬如路灯很亮，那就站在路灯下，路边霓虹灯箱很亮，那就站在离灯箱近一点的地方等。在夜晚比较繁华的地段，找准一个主光源，周围的其他霓虹灯还能起到辅助光源的作用，而且广告牌的灯箱色彩都比较丰富，利用好了就能拍出绚烂多彩的唯美画面。



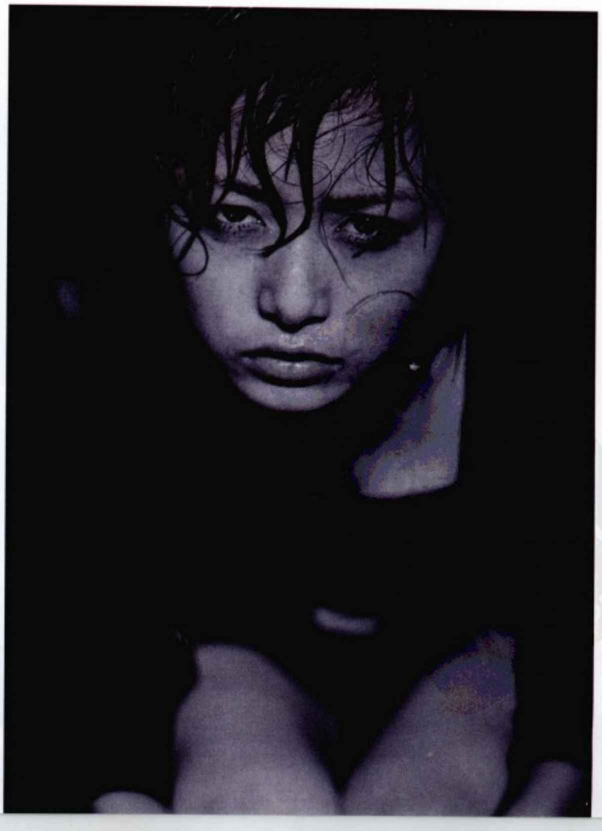
夜晚五颜六色的灯光，色调非常丰富。善于利用可以获得很好的效果。



也可以适当利用慢门或者后帘同步等手段，得到迷幻灯光色彩。

前景暖色调的灯光和白色背景形成呼应。

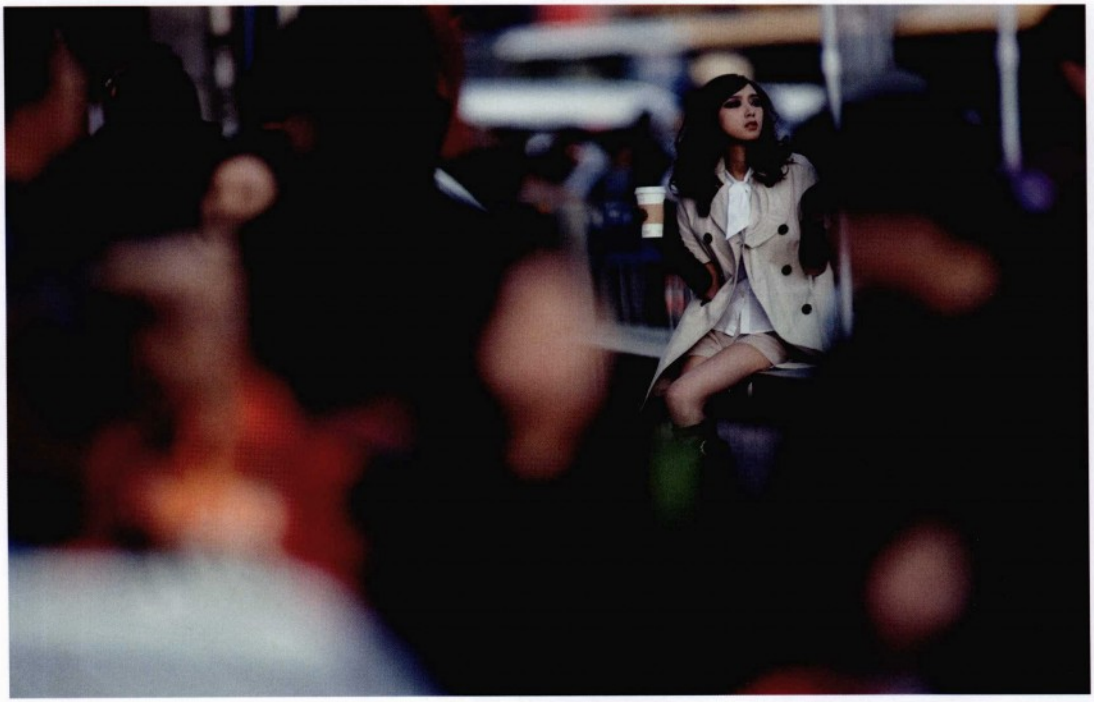
昏黄的路灯透过雨伞照在模特身上，加上粉红色的衣服，很好地表达了夜景人像的主题。



5.4 黑白，永远的经典

讲了这么多色彩，不能不提到黑白摄影。黑白摄影能更直白地表达中心思想。黑与白本身就是一种补色关系，具有很强的对比，让人一目了然看清主题。任何一个主题其实都可以用黑白来演绎，在把握不住色彩关系的时候不妨把片子调成黑白来试一下，有时候会得到意想不到的甚至超越彩色片的艺术效果。

32



5.5 后期调色

相机只能帮你记录下最真实的色彩，它本身不懂什么颜色叫好看，它更不懂什么叫艺术。无论你的相机有多好，价格有多贵，它能做到的也只是尽可能地去还原现实里最真实的色彩，仅此而已。但人们对照片的需求通常是不会满足于只和现实看到的一样的色彩，那样不够艺术。艺术是需要夸张的，需要更强烈的刺激来冲击我们的眼球！所以想要照片达到看起来很艺术的效果，就需要靠我们自己来动手了。把原本的颜色夸张化，让其看起来更鲜艳，或者让画面里所有的颜色都偏红或者偏蓝（色调），让照片颜色冲击眼球，变得更加艺术化。

通常我们使用的后期软件包括Adobe Photoshop、Phase One Capture One Pro、SilkyPix等，当然也包括各相机厂商自带的照片修饰软件，如Digital Photo Professional、Nikon Capture NX等。各厂商软件功能各异，不过色彩调整都是基本功能。就以大家最常用的Photoshop为例，它提供了非常丰富且强大的色彩调整功能。

第六章

糖水片实战

本章作者：张海翔
蜂鸟ID：Gliff
蜂鸟网人像版版主

1996年初涉摄影，曾经混迹新浪摄影论坛、江湖、canonfans、色影无忌、POCO以及蜂鸟。2001年担任蜂鸟网第一任版主并创立蜂鸟人像版。历任蜂鸟网人像版主、蜂鸟网总编辑兼先锋杂志总编辑。2005年辞职并转入出版行业。工作之余创立EX摄影工作室，兼任EX摄影工作室首席摄影师、EX摄影网站长。曾担任第1、2、3届蜂鸟网摄影模特大赛评委。

“糖水片”这个称谓起源于网络，属于一个“坊间”名词，所以对于其定义也就没有一个特别权威的说法。总体来说，“糖水片”泛指画面感觉明快亮丽、视觉感受良好的摄影作品，本章所要讨论的就是这类风格的人像主题作品。

在摄影圈中对糖水人像也存在争论，最主要的看法是糖水人像“要技术不要艺术，有外表没有内涵”。这个问题更多地折射出了争论者所处的不同位置以及看问题的不同角度，没有绝对的对错。在我看来，多数初级及中级摄影爱好者首先要解决技术的问题，其次才能说到表现思想的问题，不能没学会走就去跑，而糖水人像对于基本技术的考验在某些情况下近乎于苛刻。而当你拍摄出了令绝大多数观众都赏心悦目的作品的时候，谁又能说这些作品毫无艺术性呢，毕竟艺术是要服务于大众的。

6.1 糖水片为何人见人爱

通常理解的人像糖水片具备这么几个特点。

画面影调明亮，色彩艳丽。这样的画面令人一眼望去即有一种愉悦的感觉。通常来说日光照射下，人物及背景总体呈现高调，所以多数糖水片都是外拍作品。在色彩搭配上，糖水片一般都采用纯度比较高的色调，如红、绿、蓝以及粉色、橙色等暖色。

EF 135/2.0L, F2.0, 1/400s, ISO 100

EF 135/2.0L,F2.0, 1/250s, ISO 100

画质优秀，主体清晰。主流观点认为，对糖水片而言，画面质量的重要程度远远大于创意和构思。所以大多数拍摄糖水片为主的影友都在画质方面费尽心机。高质量专业机身和镜头、准确对焦、细致布光、准确曝光、精心后期制作，一样都不能少。只有在技术上保证每一环节正确无误，才能拍摄出经得住影友们挑剔目光的糖水作品。

EF 135/2.0L,F2.0, 1/320s, ISO 100

EF 135/2.0L,F2.0, 1/320s, ISO 100

背景虚化，人物突出。大光圈虚化是糖水人像的一大特色，由于影友外拍通常会遇到比较嘈杂的环境背景，这时利用大光圈镜头将背景统统虚化，令人物突出是一项最常用的技巧。进而发展到有些影友专门为了比拼焦外成像和虚化光斑专门购置超大光圈定焦镜头，这类镜头拍摄出来的作品“糖度”确实非常高。不过在这里提示大家，这类镜头非常考验你的荷包和臂力，要量力而行。

模特靓丽。无论以上三点完成得多么完美，糖水人像作品最终的成败还是取决于你是否拥有一位美丽而富于表现力的模特。请记住，模特永远是人像摄影的灵魂！

6.2 糖水片要素之美景

虽然糖水片多数情况下使用大光圈，但是这并不表示背景是无关紧要的。相反，选取恰当的背景可以起到衬托人物、控制影调以及美化画面的作用。很多影友反映，在拍摄的时候难以兼顾人物以及背景，拍出的作品经常是顾此失彼。我的意见，对于初学者而言，多拍选优总是没有错的，如果你在挑选的过程中发现有一张照片虽然人物表现不错，但是背景不太理想，大胆地放弃它，并且在下次拍摄的时候避免背景出现同样的问题。久而久之你会发现，你的成功率显著地提高了。在选片过程中，一个重要的方法是，在头脑中将主体人物去掉，再审视这张照片作为一张风光或者小品作品，构图是否合理。

[美丽的公园]

公园可能是影友们接触的最多也是最基本的拍摄环境了。公园中空气清新，景色优美，可供拍摄的景致也比较多，亭台楼阁、花丛草地、林荫大道……应有尽有。

（右图）这样的欧式建筑在国内公园中并不少见，我们选取作为背景。台阶在画面中错落有致，而石头栏杆的造型正好可以为模特提供扶手。在拍摄时增加了1级曝光，令画面整体感觉比较亮丽。

EF 135/2.0L,F2.0, 1/250s, ISO 100

这类建筑造型中一般会包含很多横纵线条，在拍摄时候应该注意透视关系，尽量照顾到不要出现歪的线条。一般来说使用长焦镜头会比较保险，使用广角镜头会比较考验构图的功力。

此图取自公园中的游船码头，这张照片前后拍了很多张，主要分歧在于人物在画面中的上下位置，最后选定了这一张。人物居中摆放，令整个栈桥充满画面，更有利于表现整个码头的纵深感。

EF70-200/2.8L,F/2.8,1/2000s,ISO100

[繁华的商业街]

繁华的商业街同样是拍摄人像糖水片的常用场所。由于多数商业区会限制拍摄规模，很多情况下无法使用反光板和闪光灯等设备进行补光，所以要更加有效地使用自然光拍摄。

右图，我们选取了一家咖啡店的门口作为背景，而咖啡馆的展示牌则成为了烘托气氛的主要元素。由于无法使用反光板，我在拍摄时增加了一挡曝光。

EF 135/2.0L,F2.0, 1/400s, ISO 100

EF135/2.0L,F/2.0,1/2000s,ISO100

在商业区中有很多商标、广告图案以及宣传牌，在拍摄中可以加以利用。我们安排模特同店铺门口的人物图案“拉手”，效果非常有趣。

鲜花、绿地是糖水人像的好伴侣。花卉、绿草的色彩纯度都很高，可以为画面平添艳丽的色彩。

此图模特背靠荷塘拍摄，背景上面的大片荷叶点缀了零星的几朵荷花，能够更加衬托出模特的柔美。在拍摄这样的大面积绿色背景的时候，模特的服装不宜过艳，以单色高调的服装为佳。

EF135/2.0L,F/2.0,1/160s,ISO100

大面积的绿色草坪是一种很简约的背景，模特在草坪上可以任意做出自己喜欢的摆姿。由于多数公园内的草坪面积不可能很大，如果希望画面中以草坪作为主要背景的话，还是采用蹲姿甚至是卧姿比较理想。

EF135/2.0L,F/2.0,1/125s,ISO100

6.3 拍出不同的感觉

多数情况下，糖水人像片都是采用“长焦+大光圈”这一套路拍摄的，因此总体来说在构图上的变化也不多。但是这并不代表在构图和选取机位的时候可以漫不经心。如果你只是满足于像逛大街一样站在原地拿起长焦镜头，并且对模特喊“给我个眼神”，那么你的照片必定也只是“大路行货”。如果希望拍出不同的感觉，就要打破日常生活中习以为常的视界。摄影是一门“细节决定成败”的艺术，很多时候即使是微小的调整也能够令画面大为增色。

EF135/2.0L,F/2.0,1/800s,ISO100

1．逆光拍摄

在这张照片中我们安排了林荫道作为拍摄环境，树木的绿色同人物的红色服装形成了鲜明的对比，S型的道路打破了画面的沉闷感，由近及远，延伸了画面的纵深感。

由于时间接近正午，我们必须对模特采取补光措施，方法是在模特右前方30°的方向打了一块反光板。考虑到是对人物的全身补光，我们采用了1.8米椭圆形大板。为了避免反光太“贼”，板距离人物有3米左右。在最终作品中，人物曝光均匀柔和，同背景之间保持了适当的光比，有一种跃然纸上的感觉。

使用这类大反光板进行全身补光的时候不能掉以轻心，如果操作不当同样会引起光线不匀的情况。对于下面右图，很明显光线全部打在了模特面部，而腿部没有得到正确的补光。

EF135/2.0L,F/2.0,1/800s,ISO100

EF135/2.0L,F/2.0,1/800s,ISO100

模特摆pose的过程中，有时候会发生微小的移动，所以在拍摄中，要时刻留意模特在变化动作的过程中是否导致了其他外部条件的连带变化，并及时纠正。对于上面左图，模特在做起跳的动作时稍微靠近了机位一步，导致反光板同模特的距离和夹角都发生了微小的变化。不要小看这一步，它令模特面部和腿部光比急剧增大。

2. 鲜花作为前景

芦苇花的色调与模特的服饰恰好协调，相得益彰，后面的水车则体现了些许农家田园之美。

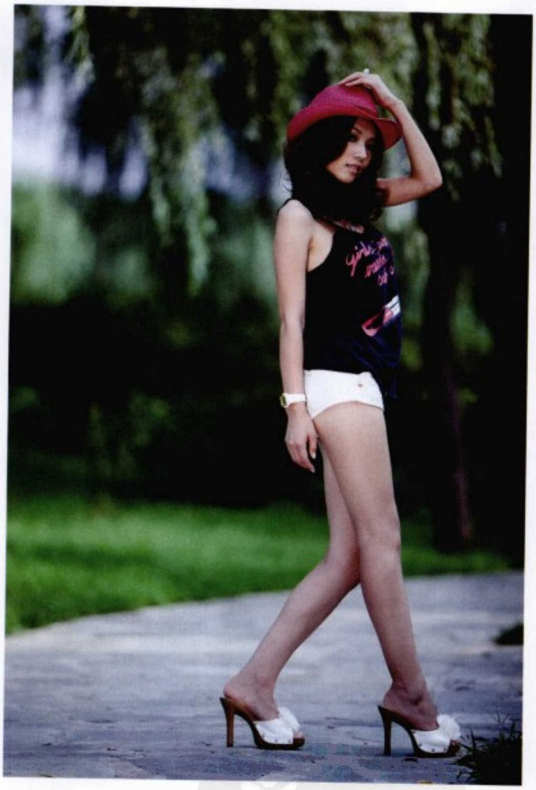
这张照片依然是逆光拍摄的，夕阳的余光在模特的头发两侧形成了美丽的金色光带。在拍摄时需要从模特左前方补光，由于芦苇的遮挡，补光的助手必须将反光板高举过头，比较辛苦。

把鲜花作为前景处理也是个不错的选择。在拍摄这样的视角时，需要注意前景的花卉对模特脸部的遮挡。本图中安排花卉置于人物面部下方，没有遮挡。在某些情况下也可以合理地遮挡部分面部以传达一种朦胧的感觉，但是一般不宜遮挡眼睛。

3. 变换视角

作为摄影师，最常见也是最“省事”的拍摄姿势就是站姿了。虽然在外拍中采用站姿比较方便灵活，但是其不足也是显而易见的。站姿的时候相机高度与模特的眼睛齐平甚至略高（男性摄影师通常身高要高于美女模特嘛），这样的情况下，模特的腿部则处于俯视的视角上，由于透视关系的影响，这样看起来会令模特的腿部显得不够修长。在拍摄全身照片的时候应该尽量避免。

（下左）我采用站姿拍摄，也就是平视视角。这是一种最普通的视角，由于同人们正常状态下的视角接近，整体感觉比较亲切，但是显得有点平庸。模特腿部由于透视变形的关系，显得不够修长，因此如果用这个视角来拍摄半身的话或许会更加理想。（下右）我是坐在地上拍摄的，镜头的视角与模特腰部持平，避免了俯视的问题，模特则显得更加高挑。



EF135/2.0L,F/2.0,1/640s,ISO100

4. 面对一个文静的淑女

相比摄影师的姿势而言，模特的摆姿的变化在画面中则体现得更为直观。通过不同的摆姿可以产生风格各异的效果。

正面是拍摄文静淑女最常用的角度，从这个角度拍摄的画面中规中矩，但是容易令模特面部显得略胖。

斜45°角看上去也很不错，相比完全正面而言，这个角度令模特面部立体感更佳，而且避免了腮部显胖的问题，模特面部呈现出“瓜子脸”。

模特转身向斜后方45°，面部回头看向镜头。这个角度进一步增加了画面的活力，令模特显得更加活泼。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

5. 右脸比左脸好看

如果你认为人脸是对称的，无论从哪个方向转头都无所谓，那就错了。任何人的左右面部都不是绝对对称的，每个模特都有自己更加优美并且更加自信的侧面。作为摄影师应该注意观察。一个窍门是，通常模特头发分缝所处的一侧脸更适合面向镜头。如果拿不定主意的话，可以直接询问模特，她们通常都会给你确定的意见。

（下左）将模特右侧面部面向镜头，模特在拍摄的时候比较有信心。

（下右）这半侧面部垂下来的头发有点多，挡住了部分面部，由于信心不足的影响，模特的笑容也有点勉强。

6. 展现优美的曲线

夏季中，模特打扮都很清凉，曲线自然也是摄影师捕捉的重要元素。笔杆条直的站姿显然不利于这个主题的表现。

（下左）这样侧身的姿势有利于表现出曲线，但是多少有些不自然。事实上，模特在外拍中凭空摆出这种姿势并不是一个很好的主意。

（下右）公园中有很多现成的道具可以借用，树木、椅子、假山、草亭……都是可以利用的道具。借助这些自然的道具摆出的姿势看上去就顺眼多了。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

7. 背影也动人

除去正面、侧面以外，模特的背影也可以拍得非常动人。回眸一笑带给人的回味，有时候甚至超过了正面视角的平铺直叙。在拍摄背影的时候关键要安排好模特转头的方式，毕竟背影摆姿并不是为了拍摄后脑勺。

（下左）模特把手举过头作扶帽子的动作，本来应该可以增加画面的活泼元素，但是这时候恰好是侧光拍摄，手臂在面部留下了一个很重的阴影，整体感觉并不理想。

（下右）我让模特改为双手叉腰的姿势，避免了面部光线被遮挡的问题，模特感觉也自然了很多。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

8. 眼睛是心灵的窗户

俗话说眼睛是心灵的窗户，糖水片自然也离不开对模特眼睛的特写。在拍摄眼部特写的时候，用光和对焦是最重要的两个环节。

我请造型师协助，将反光板架在凳子上，然后让模特趴在反光板上面。这样不但能够让模特的面部均匀补光，而且反光板在模特的眼睛中产生了一对美丽的光斑，生动活泼。

考虑到画面中皮肤面积较大，我在测光的时候增加了一挡曝光，令皮肤更加白皙光滑。

这几幅照片从左至右分别采用的光圈是f/2.0、f/2.8、f/4.0以及f/5.6。我将相机设置为单次对焦模式，选取对焦点，针对模特的右眼进行对焦。可以看到，f/2.0拍摄的照片景深过浅，左眼已经完全虚了，而f/5.6拍摄的则景深比较理想。可见，在使用中长焦镜头拍摄特写时，光圈并不一定越大越好。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

6.4 女孩和小熊的故事

有时候你可能会感到，仅仅靠模特自身的面部表情以及肢体语言的变化仍然有些单调。究其原因是模特在面对镜头的时候也会或多或少存在一些紧张感。对于经验不是很丰富的新模特来说，面对镜头时甚至会产生不知所措的感觉。一个模特理想的拍摄状态应该是忘掉镜头的存在，将自己放置于一种完全自然的情绪下，去展现自己的美丽。摄影师所应该做的就是协助她们放松下来。

使用一些简单的小道具是一个不错的办法。在道具的“陪伴”下，模特会感到自己并不“孤单”，而是有其他“人”陪伴自己在一起拍摄，这有助于帮助模特减轻紧张感。这样的道具很多，而且可以就地取材，毛绒玩偶、小阳伞、草帽、随身听……都是不错的选择。

[小熊让女孩心情放松]

我让化妆师从家里带来了一只毛绒小熊，造型非常可爱。在拍摄的时候我请模特拿在手中，模特很快放松了下来。之所以选取这只小熊，是因为它的色调同模特的服饰比较搭配，不会过于抢眼导致喧宾夺主。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

让姿势变化多样

我让模特拿着小熊随便摆一些姿势，相比没有道具而言，模特的姿势丰富了很多。在人像拍摄摆姿中，手臂动作是一个重点，也是一个难点。可以想象一下，如果没有小熊的帮助，下面4张照片中模特的手部动作还会不会合理？

自然状态下的表情流露是最美

在没有道具的情况下，拍摄是摄影师同模特的双向交流过程。而现在有了小熊，拍摄就加入了一个“第三者”。我决定在拍这组照片的时候把同模特交流的“特权”让给小熊，这样模特就可以完全忽略摄影师的存在，流露出完全自然的表情。而我，只负责抓拍。

EF135/2.0L,F/2.8,1/250s,ISO100

6.5 几组主题外拍作品

第七章

夜景人像拍摄

本章作者：柔软
蜂鸟ID：柔软

贵州黎平侗族人。中国魅态摄影倡导者，善于把复杂的摄影简单化，提倡轻松快乐的拍摄风格。

2006年在北京创立“软摄影”工作室，致力于人像摄影、广告摄影、商业图片库摄影和摄影培训。

2007年为索尼数码单反拍摄样片，同时受聘为索尼专业摄影课堂讲师。

2008年受聘为佳能商业摄影沙龙讲师。

2009年举办“跨界人像摄影”展。

2009年“软摄影”进驻中国摄影地标——西单北大街，同时，“软摄影”上海分店成立。

夜景人像具有画面色彩丰富、环境气氛浓郁、现场感受真实、色调对比强烈等特点。由于夜景拍摄时会利用夜间的现场光线，特别是繁华的街头夜景，一般都能有3种以上不同色温的光源，照片成像能获得多种光源的色彩变化。加上夜间光线不受大面积光线（如阳光）的影响，方向性更强，所以能够获得非常丰富的色彩效果。

由于夜景区域光线变化明显，造成画面里各种背景对比显著，加上夜间低色温光线使得成像的色彩更加饱和，画面整体气氛显得很浓郁。

因为夜间环境更容易被光线所描绘，也更容易突出画面重点，虚实结合，画面立体生动，也更能令人身临其境。而照明灯与摄影摄像灯光不一样，无论色温、照射强度都偏低，低色温光线与夜间纯黑色的没有光线的背景，能造就非常明显、非常强烈的色调过渡。

模特所在的位置是北京西单大街东西向的过街天桥，身后就是繁华热闹的西单大街。两旁高楼林立，商场的霓虹灯、路边的广告灯还有路灯等，非常适合拍摄夜景人像。

7.1 拍摄之前做好准备

[选择合适的地点]

夜景人像拍摄，无论快门速度或者背景的丰富性都受到拍摄现场的灯光限制，除非你想放弃现场光线丰富多彩的效果。

拍摄之前，应该熟知所选择的拍摄地点的夜间灯光效果，还要计划好拍摄时间，一定要在拍摄地点灯光打开的时间之内，否则一些夜景景观照明的灯光一旦关闭，效果就要大打折扣了。

这次拍摄我们选在了北京繁华的夜间闹市西单，灯光很精彩，夜间行人也多，使更多照片变化的效果成为可能。

模特站立天桥位置的顶上，也有很多照明灯。虽然不是特别明亮，但是亮度基本可以满足标准变焦镜头手持拍摄。类似路灯的效果和远方灯火通明的大楼恰好形成呼应。

装备齐全的摄影包。器材包括Nikon D700机身、AF-S 14-24mm f/2.8G镜头、AF-S 50mm f/1.4G镜头、SONY A900机身、ZA 85mm f/1.4镜头、两支SB-800闪光灯加配套的电池包，还有备用的电池等。做好充分的准备是拍摄夜景人像必须的步骤。

[检查你的器材]

夜间光线黯淡，而摄影离不开光，足够的光！为了使拍摄现场的夜景灯光能成为拍摄所用的足够的光，可以选择高感光度成像效果好的相机，高感光度数码芯片能让现场昏暗的照明光线变成明亮的摄影光线。而现场光线是不可控的，无论强度或方向，所以为了适当补光，我们还得准备一支或多支可以离机引闪的闪光灯。

防抖机身和镜头在同类对比中也占优势。大光圈镜头必不可少，以定焦为佳，能保证大光圈成像效果。焦段则视拍摄题材而定，一般拍摄人像24mm到135mm就足够了。

[服装要以浅色为主]

浅色系的服装，要达到同样的曝光效果需要更少的光线，所以是夜景人像的优先考虑的选择。同时，在光线不可控制的情况下，与同是浅色的肤色搭配，浅色服装更容易实现肤色与服装的协调曝光。

浅色服装在夜晚总是显得比较引人注目。如果是夏天，也可以穿着短小轻松的服装，这样使模特更放松，还能露出浅色的肌肤，拍摄效果会更好。

深色服装也能拍夜景

当然不是说深色服装不能拍夜景。只是在夜晚的环境中拍摄深色服装，你需要更多的曝光保障，例如补光，或者干脆依靠闪光拍摄。夜间背景只是辅助的因素，更适合商业时尚主题的照片，具有强烈的情绪倾向和光线对比效果。

比如这件全黑的衣服，如果直接拍摄效果不会太好，但是通过使用人工光源补光，可以拍摄出对比鲜明、风格夸张的夜景照片。

7.2 相机参数设置

善于利用相机的高ISO性能

通常拍摄夜景首先想到的就是需要使用三脚架，但是使用三脚架拍摄人像会受到诸多限制，失去很多生动而感性的照片。在弱光夜景环境下，我们还可以依靠高ISO来提高快门速度，使夜景人像手持拍摄变成现实！

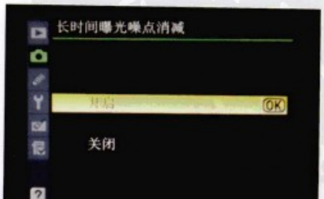
当然，高ISO会让照片的噪点增加，效果变得“粗糙”。不同品牌和定位的相机，其高ISO效果也差距甚大，摄影师需要对自己手中的相机有充分的了解，尽量在保证成像质量的前提下提高ISO设置。

也可以打开相机内部的高ISO降躁功能和长时间曝光降躁功能，或者通过软件后期降噪，尽量减少高ISO带来的噪点影响。

当然也可以利用高ISO的粗颗粒质感，获得另外一种夜景照片的效果。

这次拍摄过程中，我们大多用到了ISO 800～3 200。

Nikon D300高ISO噪点削减设置菜单



Nikon D300长时间曝光噪点削减设置菜单

大光圈镜头优势体现

大光圈镜头第一能够胜任更弱的光线，第二能够获得很浅的景深。

在夜景拍摄里，能把杂乱的背景光线变成迷人的多彩背景，大光圈可以说是不可或缺。照片背景里，远处的光线或许很杂乱很不好看，但在大光圈镜头虚化的焦外成像里，越杂乱的光线，焦外虚化的色彩光环里，越精彩缤纷！

大光圈也能在较暗的光线下为提高快门速度助上一臂之力。

Nikkor AF 85mm f/1.4D镜头

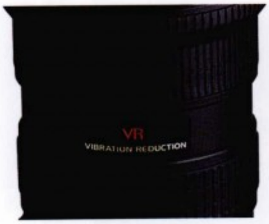
F=2.0的大光圈让模特身后近在咫尺的百叶窗背景也开始虚化出迷幻的效果，加上玻璃里更远处的灯光倒影，一幅都市繁华夜景景象顿时显现。这张照片就是在非常暗的光线里，依靠高ISO和大光圈获得良好的影像的实例。

[拍摄数据：ISO=3200 F=2.0 1/125s]

即使是没有远处灯光的走廊，由远及近的虚化影像还是能获得更立体的“空气感”。远处一些路人模糊的背影，在不抢照片主体效果的前提下，给画面带来一点互动的感觉。

充分利用大光圈镜头的特点，前景和背景分别都被大光圈虚化，使得人物更加突出，并且画面也更有远近的层次。

模特依靠在栏杆上，尽可能地保持稳定。有了三脚架就可以适当收缩光圈，这样可以更好地交代背景。拍摄时为了减少机身快门的振动，建议使用快门线。

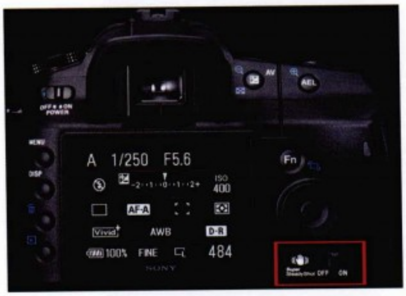


具有防抖(Vibration Reduction)
功能的Nikkor镜头

有三脚架怎么拍，没有三脚架怎么拍

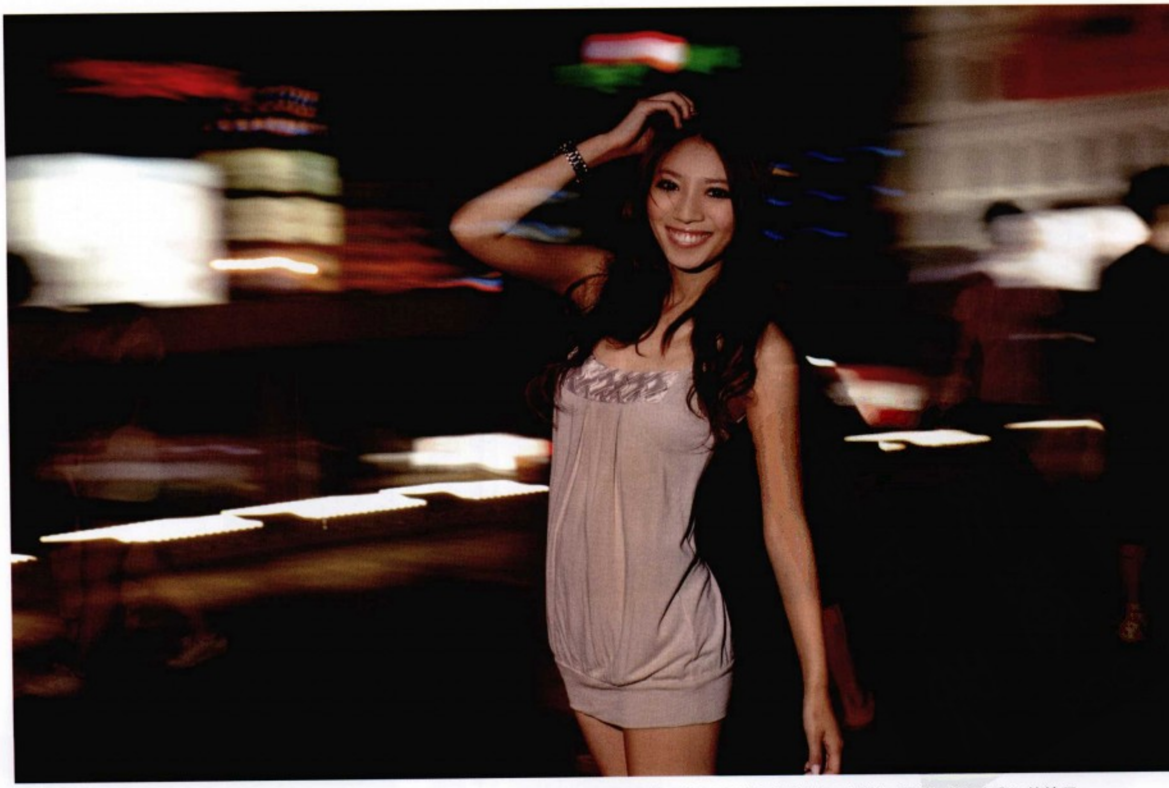
三脚架能在更低的快门速度下拍到锐利清晰的照片，但只能是在拍摄对象相对稳定的时候，所以三脚架能拍的夜景人像，最好是模特有依靠固定的姿势，比如靠在栏杆上，靠在墙上，坐着等……

现在很多机身或者镜头都带有光学防抖功能。打开这一功能，能在低于平常安全快门2～3挡的快门速度下手持拍摄，大大提高拍摄夜景人像的成功率。



具有防抖(Super SteadyShot)功能的SONY A200机身

不用三脚架拍摄时，除了找光线好一些的角度获得更安全的快门速度外，也可以干脆放手拍摄，比如通过后帘同步闪光或者闪光加低速快门，往往能获得一些戏剧性的变幻效果。这里的闪光只用来“固定”被拍摄的模特主体，而不参与到背景曝光中去，于是我们获得一幅两种曝光效果“叠加”的照片。



使用后帘同步闪光方式，快门速度1/6s，相机大致平稳，闪光“固定”住了模特，背景通过比较长的1/6s曝光，获得“流动感”的效果。

闪光加慢速快门，按下快门后晃动相机，让相机在曝光过程中运动，把光线和模特“融合”在一起（晃动相机拍摄需要多做几次尝试，以获得更理想的效果）。

有时候一些随机的动作会达到意想不到的效果。比如此图，晃出来的灯光像一顶盘旋的帽子漂浮在模特上方。

通过白平衡表现夜晚的五光十色

现场光的色温种类越多，则拍摄出来的色彩也越多。夜景灯光由很多不同的光源照射出来，色温可以说千变万化。而被拍摄的模特主体是我们色温设置的依据，同一个背景灯光，由于被摄主体或暖或冷的色温设置变得完全不同。丰富多彩的夜景人像，由此而来。

同一个背景灯光，暖、中性、冷3种色温下的背景效果变化。

偏暖的色温设置。这种效果比较符合夜晚给人的印象，适合拍摄自然、甜美类型的夜景人像。

中性色温设置。画面色调最接近现场光的实际情况，但视觉感受颜色有点发“干”。

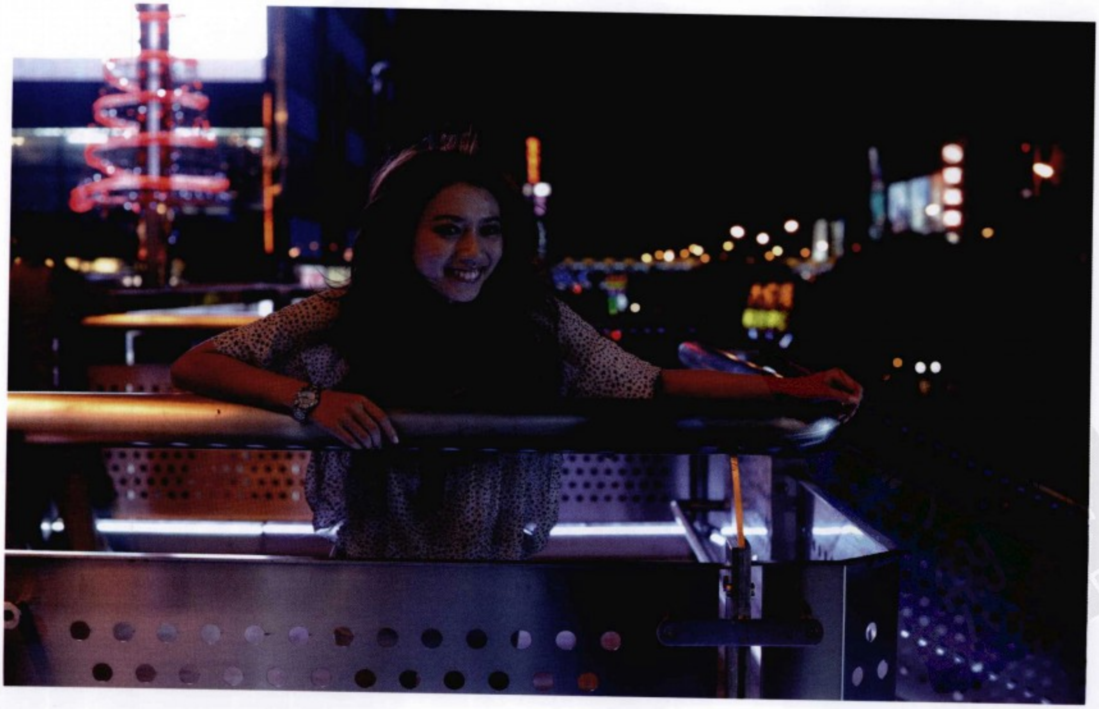
偏冷的色温设置。画面给人一种发冷、奇异的感觉。这种设置适合拍摄夸张、冷酷类型的夜景人像。

7.3 如何利用环境光

商场的广告橱窗往往是一个巨大的柔光灯，只是色温比较低而已。如果不调低相机的色温设置，使用自动白平衡的话，我们会拍到一幅色调很暖的照片。

在商场外的大广告牌下拍照，拍到的照片有漂亮的逆光效果，头发边缘被照亮，模特在玻璃中的影子形成了衬托。

路灯下拍摄尝试，这张有点像顶光的效果。路灯从模特头上方照下来，打在飘动的头发上面，显得非常漂亮。这种情况下要注意适当给面部补光，不然会显得面部太暗。



7.4 使用闪光灯或者外拍灯拍摄

离机引闪的拍摄风格

相比机顶闪光灯，外接闪光灯的一个很大的优势就是可以离机引闪。离机引闪能够控制光线的方向，如果同时使用多个闪光灯离机引闪还可以获得多方位布光的效果。结合丰富的夜间背景，让照片显得更加与众不同。

模特右侧斜上方有一支离机闪光灯，让脸部获得很好的造型光线，同时适当压暗背景光，让人行道走廊宛若夜色中的一座大桥。

模特正面斜上方有一支离机闪光灯，这样脸部就可以获得很好的细节和轮廓描绘。背景里的铁架和更远处的灯光夜景，有错落的曝光层次，让画面更丰富更立体。

机顶闪的拍摄风格

机顶闪光灯可以理解为机身内置闪光灯和固定在机身顶部热靴上的外置闪光灯。其特点是方便快捷，无需专门的灯架或者举灯的助手。不足之处在于光线效果受到很大限制，无法获得离机引闪的多种光线变化效果。对于人像来说，一般只能用在很写实风格的时尚广告风格的照片中。

完全正面的机顶闪光。模特和背景同时被照亮，而且闪光灯直接对着的位置特别亮。整体光线感觉比较生硬和平淡，缺少变化。

但是也可以通过其他一些方法尽量克服这个问题，比如在机顶闪光灯上加装柔光罩，或者拍摄时用手遮挡住某一部分的机顶闪光，也可以达到较好的效果。

有条件可以用多支灯

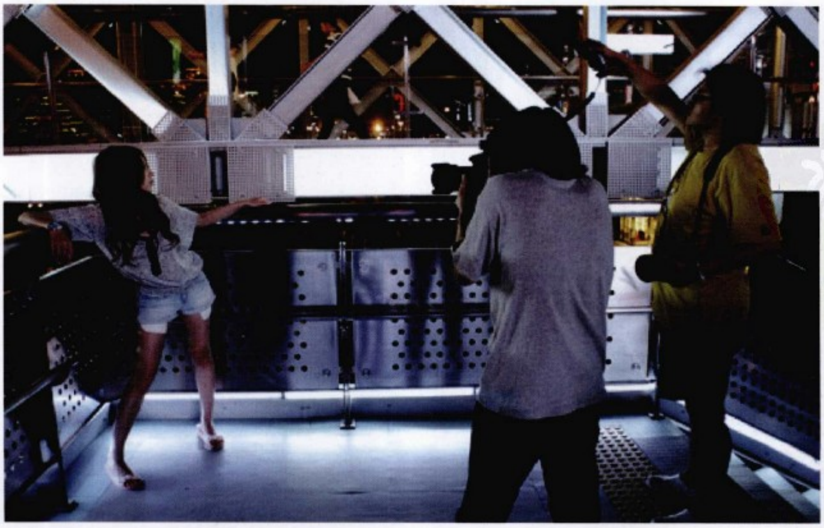
多灯离机引闪在光线效果上，完全可以模仿影棚里的拍摄效果。如果在拍摄夜景人像时加上多灯离机闪光，还能比影棚拍摄多出来实景背景的优势，让照片的背景不像影棚背景那么单调。

两只闪光灯分别在模特身后的左右两侧离机引闪，达到如图所示的逆光效果。

PDG

这张照片中，模特背面放了一支向上照射的闪光灯，用来打亮背景，特别是模特上方的楼梯。正面放了一支向斜上方的闪光灯，用来获得均匀柔和的面部光线。

7.5 拍摄花絮



第八章

人像棚拍探秘

本章作者：崔坚
蜂鸟ID：power88
蜂鸟网人像版版主

中国摄影家协会会员
中国艺术摄影学会会员
中国新闻摄影学会会员
中国民俗摄影学会会员
美国摄影学会会员
北京广告摄影协会会员
国家一级摄影师

2003~2004年中国优秀人像摄影师
2004年组建顶之酷摄影网www.high-cool.com
2005年度中国优秀摄影家
2006~2007年任新华社《摄影世界》杂志首席摄影师/责任编辑
2006~2008年曾任中艺摄影学校客座讲师
2007年至今任北京大幅天智文化传播有限公司总经理
2007年至今兼任纽约摄影学院中国学院班指导老师
擅长：建筑摄影、产品摄影、广告人像。
长期为《中国摄影》、《摄影之友》、《摄影世界》、《中国摄影家》、《今日人像》、《大众摄影》、《数字相机》、《数字生活》、《数码》、《学电脑》等摄影杂志撰稿并发表作品和文章。

我们常见的外拍人像，最简单的是白天利用太阳光，晚上借助闪光灯或者照明灯；稍微复杂一点的是利用反光板补光，加上柔光布柔化太阳光或者灯光；再讲究一些的就是借助人工光源来营造拍摄氛围，包括持续光与闪光等都有应用。

棚拍通常无法借助自然光。所有照明、光效全靠人工来营造，优势是几乎所有光效都可以做出来，缺点是受场地和照明器材制约比较严重。

我们在棚拍人像摄影中经常使用的器材是闪光灯、持续光灯、无线引闪器、引闪连接线、测光表、柔光箱及多种光罩、附件等。还有一个不可缺少的设施，就是背景。背景有好多种形式，有卷轴背景纸，有单色，有花色，通常进口的2.7米×11米左右，国产的3米×4米左右。

8.1 棚拍人像的器材和技术准备

[选择什么背景比较合适]

商业摄影通常用黑白灰和一些单色的背景就可以，摄影师可以根据画面的需要，在这些背景的基础上营造光的氛围。还有在特殊要求下，根据画面要求量身定做的特殊背景。如果是作为婚纱或者写真，除了那些单色的背景外，还需要一些实景喷绘的背景，以便在影棚中营造更多的环境氛围。用实景背景是一种很经济的室内拍摄外景的手法。

商业摄影中拍摄小物品时用到的一种静物箱，集光源、柔光反射和可换的各色背景于一身，是一种方便、简易、有效的拍摄工具。

纯色背景加人工烟雾效果

采用预设和试拍的方式得到正确的拍摄参数设置

8.2 没有测光表，怎么设置我的相机

影棚内拍摄时的测光与曝光与户外拍摄不同。户外拍摄的测光，只要利用手中的数码相机，就有多种电子测光模式如平均测光、评价均衡测光、点测光等可供选择，再配合多种曝光模式，如光圈优先曝光模式Av、速度优先曝光模式Tv、程序曝光模式P以及更普及的人像曝光模式、风景曝光模式、夜间曝光模式等，很容易拍出曝光正确的照片。但是在室内拍摄，尤其是用室内闪光灯拍摄，离不开测光表。闪光摄影的曝光有三个主要原素：闪光指数、闪光距离、镜头的光圈值，三者的关系是：镜头光圈＝闪光指数/闪光距离。

通常，相机的快门曝光时间在1/30秒至同步快门时间之间比较合适，如果曝光时间过长，环境光及造型灯的亮度会影响曝光，不建议使用。

如果你只是一个人像摄影爱好者，不想花很多钱购买昂贵的测光表，也不需要很精确地设置相机的曝光，只要能够达到网上交流的要求，那么可以买一张灰卡，把相机的快门时间设定在同步挡（比如1/125s），把灰板放到拍摄对象的位置，面对镜头，按照每1/3挡（或1/2挡）光圈逐次曝光，得到曝光准确的直方图的那张照片所用的光圈值就是正确曝光的光圈值。如果由于调整景深的原因需要改变光圈值曝光，则需要调整闪光输出强度，减少输出功率或者拉大闪光灯距离，拍摄光圈增大；增大闪光输出或者缩小闪光灯距离，则光圈减小。

使用最低感光度拍摄，保证完美画质。

用最低感光度拍摄

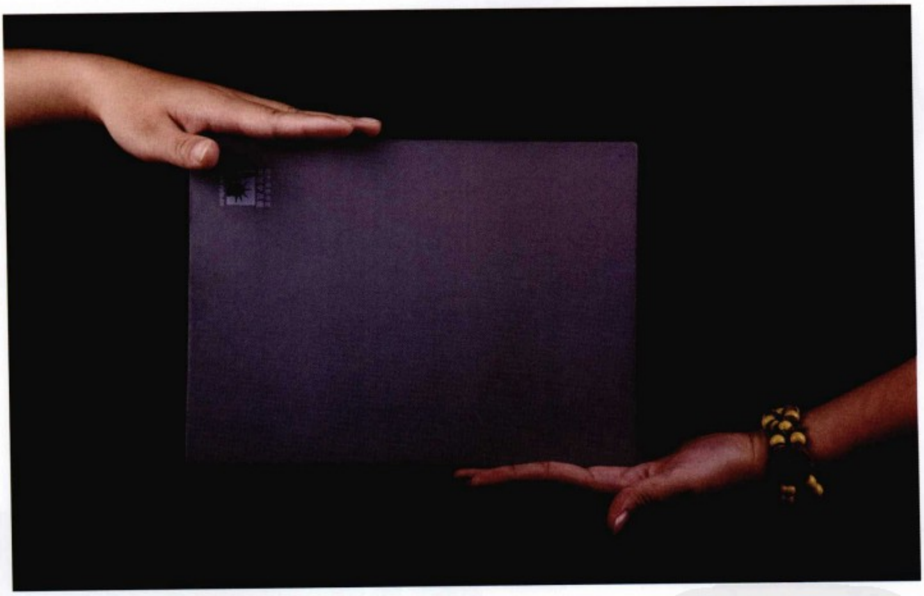
在室内拍摄中，为了达到最完美的画质、最真实的颜色、最逼真的质感、减少噪点的影响，我们通常选用最低的感光度值来拍摄。专业级数码单反相机大部分有最低ISO 50，大多数数码单反相机都有ISO 100，也有个别品牌的最低感光度是ISO 200。

常用光圈和快门组合

就数码单反相机而言，常用的光圈快门组合，光圈在f/5.6~f16，快门在1/60s～1/500s这一个区段，既能保证足够的景深，也能够防止小光圈造成的光线过于倾斜，照射到感光元件上造成的感光不足和画质下降。

最好使用手动白平衡

白平衡设置的正确与否，是能否得到一张色彩还原准确的数码照片的关键环节。如果仅用自动白平衡模式来进行闪光人像摄影，相机在拍摄前受造型光、环境光影响，对瞬间的闪光色温反应不过来，就可能出现色彩还原失真的问题。如果用白平衡选项中的闪光模式，仍然有可能偏色，因为目前市面上的闪光灯，实际输出闪光时，色温值与闪光模式所对应的5 600K有着不同程度的偏差。大多数进口闪光灯的色温值在5 600k或者略微偏高200K～300K，而多数国产闪光灯的色温在4 800K上下。



拍摄之前，预先拍摄标准灰板，自定义白平衡。

所以如果在拍摄前调整白平衡，有三种常用方法。一是提前用肯高或者高森的可测闪光色温的色温表；二是用爱色丽的分光分度计测出闪光的瞬时色温值；三是用相机的自定义白平衡功能，在主体位置拍摄标准灰板来自定义白平衡。如果是后期调整白平衡，更常用的办法是拍摄一张带灰板的照片，采用RAW格式拍摄，在后期解图时只需要用灰场吸管点击一下画面中灰板的位置，就可以校正同一批照片的正确白平衡了。

标准灰板示意图

如果对色彩还原要求非常高，那么可以借助拍摄标准色板来完成。

8.3 认识一下影室灯

影室灯有持续光灯和闪光灯之分。持续光历史最悠久，最早的持续光是白炽灯，色温大约在2 800K～3 200K，功率从几百瓦到上千瓦不等。近年出品的高色温冷光连续光源，色温在5 600K上下1 000K范围内。持续光的优点是可以长时间曝光，自由设置自己需要的拍摄时间或者镜头光圈。还有，现在影室内使用最多的是室内闪光灯，更适合在瞬间进行抓拍。通常标准的闪光灯色温定在5 600K，但实际产品的色温范围却在4 800K～5 900K之间，进口产品通常色温比较准，在5 600K~5 900K，而国产闪光灯普遍色温偏低，在4 800K上下。建议大家在拍摄时候使用灰板，这样可以保证色彩的真实还原。

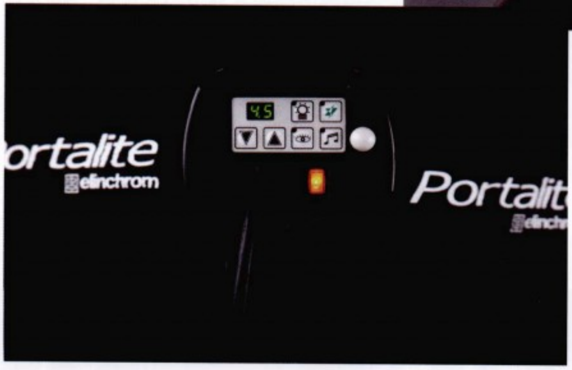
[影室灯的同步速度]

影室闪光灯的拍摄同步速度根据快门结构不同而不同。通常镜间快门全程各个快门速度都可以同步，而幕帘快门则不是所有快门时间都可以同步，它有自己的同步速度，这个值通常在1/30秒～1/250秒之间。用幕帘快门的相机拍摄，当快门设置超过同步挡1挡时，画面会有数1/4的黑边；当快于同步挡2挡时，会有1/2画面变黑；当超过同步挡3挡时，画面就会变成全黑。

[怎么调节输出功率]

影室闪光灯的功率通常有数字调谐式和旋钮调谐式两种。数字调谐式通常用在进口闪光灯和国产高档闪光灯上，旋钮调谐式通常用在国产中低档产品上。

高速快门同步，捕捉精彩瞬间。



影室闪光灯背面的功率调节按钮示意图。

调节影室灯输出功率，控制画面曝光亮度。

拍到全黑的照片是怎么回事

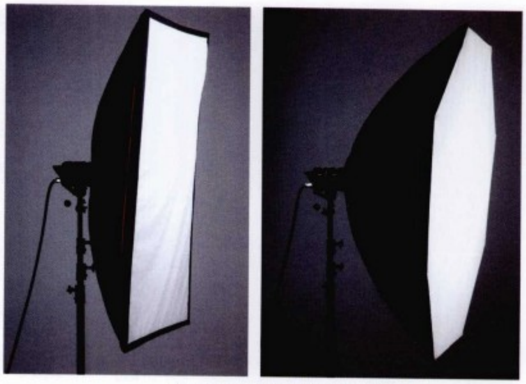
拍到全黑的照片，不外乎以下几个原因：1. 有线引闪故障，引闪线有断线或者插头接触不良；2. 无线引闪故障，频率设置不当或者引闪器、接收器电池电量不够；3. 幕帘快门速度过快，导致闪光不同步；4. 连拍频率太快，在闪光灯还没有充足电的时候按下快门，导致闪光灯充电不足而不能闪光。

需要提醒一下刚开始接触人像棚拍的爱好者，影棚闪光拍摄不像外拍，每次拍摄间隙需要等待闪光灯回电完成后再进行下一张拍摄，否则就会得到全黑或者曝光不足的照片，浪费拍摄时机还造成废片。

8.4 这些附件是干什么用的

柔光屏

柔光屏是大型影棚常用的一种用金属框架绷上标准色温的柔光布的一种柔光装置。它放在拍摄对象与光源之间，根据不同程度的柔化需要，自由调整彼此之间的相对位置。当柔光屏在光源和被摄物之间，越靠近光源，柔化效果越差；越靠近拍摄对象，则柔化效果越好。

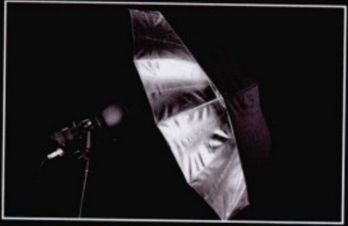


四方形柔光箱和六角形柔光箱

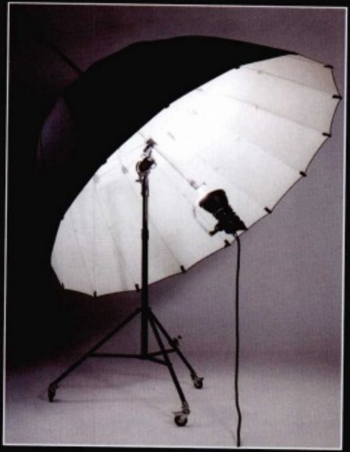
柔光箱

柔光箱其实就是便携式的小柔光屏，装在闪光灯灯头上。柔光屏与光源距离固定。距离被摄物越近，光线越硬；距离被摄物越远，光线越柔和。此外，柔光箱面积越大，柔光效果越好，亮度越均匀；柔光箱面积越小，柔光效果越差，光线亮度就越强。常见的柔光箱有四方形、六角形等。

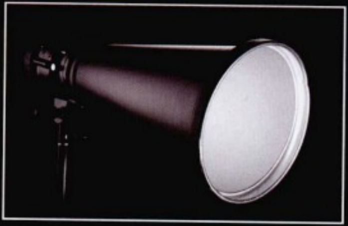
利用影室灯加柔光箱拍摄效果



小型的银色内反射面反光伞，携带很方便。



大型白色反射面反光伞，反射面积大，光线均匀且柔和，适合拍摄商业人像。



束光筒示意图

柔光柱

柔光柱也是柔光箱的一种，只不过一般是落地式的，大约有2米左右高。柔光柱的特点是可以把模特从脚到头均匀照亮，所以在时装摄影中经常用到。

柔光伞

柔光伞是一种携带方便的柔光设备，以乳白色柔光布材质居多，效果很接近柔光箱。只是使用柔光伞时会有杂光从侧面散射出来，可能会影响其他灯的效果，所以一般适合单灯或者少数灯的拍摄情况。

反光伞

反光伞是一种携带方便的反光式柔光设备，根据对强度和色彩的需要，有乳白、银色、金色的内反射面。乳白色伞面反射出来的光线比较柔和，无色彩偏移；而金色和银色伞面反射出来的光线比较硬，前者色调偏冷，后者色调偏暖。摄影师可以根据拍摄内容选择适当的颜色。

蜂巢示意图

蜂巢和束光筒

蜂巢是用于约束光线的蜂巢状铁板，它的作用是把光线经过光罩反射后再穿过蜂巢变成平行光，这样的光线方向性增强，反差变大，是人像摄影中经常用到的闪光灯附件之一。

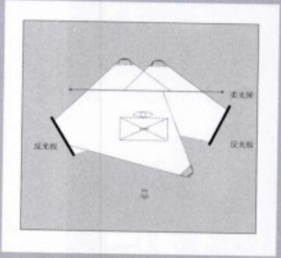
束光筒是一种形似猪嘴的反光罩，经过它输出的光线，方向性更强，可以产生小范围最硬的光。

使用影室灯加束光筒从侧后方打亮模特的头发

[滤色片]

滤色片是装在闪光灯前面的一种耐高温的彩色薄膜，可以根据需要调整闪光灯输出的色温，也可以用来调整闪光输出的颜色。

纯白色背景加大型柔光屏，得到画面非常干净的高调人像。



拍摄光位图

8.5 影棚人像现场实拍

[从拍摄高调人像开始]

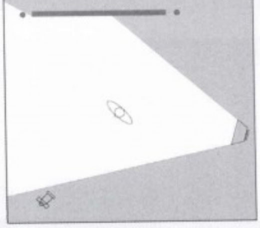
高调人像一般是指以白色或浅色调的为主导、占据画面的大部分面积的人像作品。通常给人以简洁、明快、纯净的感觉。

高调半身人像特写

[逐步学会控制灯光的比例]

通常我们调谐闪光灯的输出功率来控制照在被摄体的灯光强度，但是当你混合使用不同品牌、不同功率的闪光灯时，你的调试工作会很麻烦，会浪费你很多时间，你很难把它们调成一样的亮度。最简单省事的办法是买同一品牌闪光灯，拍摄时调整成同一功率输出，这样我们在拍摄时，仅仅靠调整灯具到被摄体的距离就可以控制光比，很直观也很方便。

通过改变灯光的输出比例来控制照片局部曝光

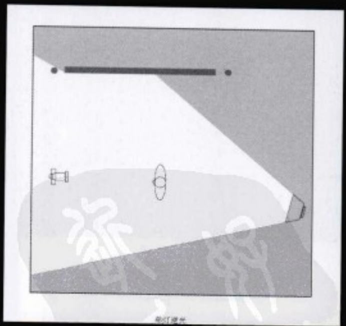


拍摄光位图

影室灯位于模特侧上方，配合深色背景和服装，得到暗调人像效果。

[暗调人像灯光布置]

暗调人像是以深色乃至黑色影调为主、占据画面的大部分的人像作品。低调人像通常给人凝重、肃穆和坚定的感觉。



拍摄光位图

[用单灯拍摄个性人像]

单灯人像是最简约但是又最见功力的人像拍摄方法，要通过一个灯把主体表达出来。

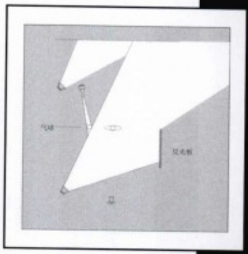
右上方的一支影室灯加上左侧的一块反光板，单灯人像突出表现了模特的身材和气质。

用高速闪光凝注变幻莫测的物体

为了说明闪光灯捕捉瞬间的能力，我在拍摄人像的时候加了这样一个环节，让模特手托和夹带一个瞬间破裂的水球，让闪光凝住短暂停留的水球的形态。照片中我们先按照模特的造型布光，把灯光以模特为中心布好，然后在斜后面用一只闪灯对着装满水的气球，目的是能照亮水球，让它出现晶莹的背光。由助手用针刺破气球，在气球破裂弹走的瞬间，水还保持着在球中的形态，及时抓拍，闪光灯瞬间凝固住这一时刻。

曝光模式：手动挡，光圈：f/11，速度：1/160秒

拍摄光位图



用模特身后的影室闪光灯把模特的头发照亮

照亮头发和背景

通常为了把模特和背景分开，会采取照亮模特头发，给头发勾亮边或者照亮模特身后背景的办法。通常使用天花路轨或者横置影室灯。

8.6 拍摄花絮

第九章

人像照片后期

本章作者：李迅
蜂鸟ID：JOMEN

北京数字动感影像艺术总监、首席摄影师，影视、广告策划人。有丰富的影视、平面媒体、创意广告拍摄、个人及企业形象塑造的拍摄经验。服务于多家媒体，长期与各类杂志、网络媒体、导演/制片、广告公司合作。

作品曾在《数码》、《数字生活》、《客户世界》、《今日人像》、《摄影世界》、《中国制造》、《上海生活周刊》、《纺织服装周刊》、《报林》等多家平面媒体发表。所在的数字动感影像曾先后被中央电视台、北京人民广播电台进行专题报道。

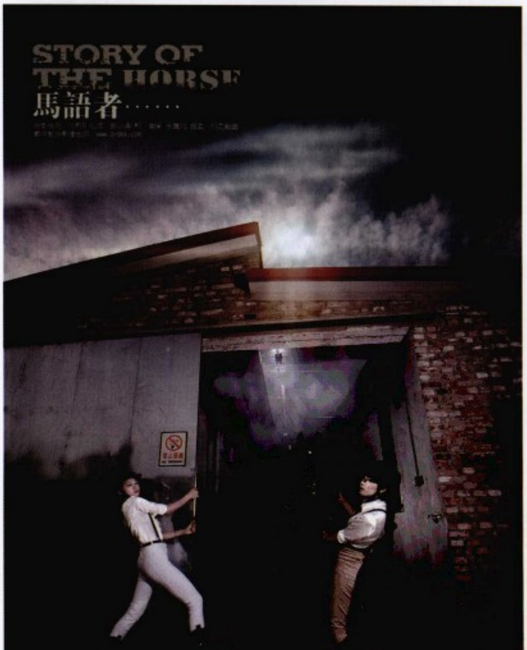
在拍摄这组作品之前，我一直在构思如何让这两位刚入道没多久，并没有多少拍摄经验的模特拍出不一样的感觉。主题式的情节、独特的后期色彩以及视觉特效一直是我在拍片时所考虑的，但同时也要考虑到拍摄条件的限制和不足。正好7月我刚从内蒙古的草原回来，骑马驰骋在广阔大草原的余温还没散去，于是决定拍一组中性的女骑士英姿飒爽感觉的片子。以马为切入点，体现其迅捷和刚毅，以女骑士体现其灵动和柔美，从而形成视觉和情绪的对比。从我日常拍摄体验来看，好的人像作品总体来说一般都能给人赏心悦目、惟妙惟肖、个性张扬的感觉。这组作品拍摄也正是遵循及体现了这些原则。

在这组片子中，张扬及塑造被摄人物和摄影者的个性是本组片所追求的。力求用比较独特的摄影本体语言，在用光及构图上寻求突破，通过模特的肢体语言和独具特色的色彩，体现整组片子简练的故事戏剧性情节。通过服装、道具、马匹和环境的搭配，展现对人和自然关系的独特理解。动作及后期特效的设计，使画面具有强烈的视觉冲击。而这些都是一组好的主题片子不可缺少的视觉因素。

而这些因素除了拍摄之前良好的策划创意、服装道具的采购准备、拍摄场景地的精心选择，还有拍摄过程的灯光布置、光比控制、模特调动、场面控制，当然也离不开数码后期对片子色彩的调整、背景的修饰、特效的营造，还有适当的合成。一个好的作品完成是前后期综合创作的结果，所以，后期在我们的创作中是不可缺少的一个重要环节。

今天，就重点介绍这组片子是如何通过Photoshop一步一步让作品达到我们所想要的效果的。有一点想要说明一下，这里讲的不是关于Photoshop的基本操作，比如不会解释画笔、选区工具等的使用，图层、蒙版等的概念，因此需要阅读者对Photoshop的操作有一定了解。如果需要学习相关方面的知识，可以阅读人民邮电出版社出版的《Photoshop CS4 数码照片专业处理技法》一书。

使用数码相机拍摄图片,不少人喜欢“原汁原味”，即采用JPG格式直接出片,或者RAW微调后转成JPG格式出片,称为原片。而推崇原片的原因是体现拍摄对象的真实、自然。



胶片时代与数码时代对照片后期的处理，个人认为本质是一样的。胶片经暗房冲洗，操作人员技术的不同，出来的片子同样有差异。数码照片，省掉暗房工序，虽然可以直接出片，但也只是数码相机本身对JPG格式的图片进行了参数设置，换言之，就是相机对照片进行了“PS”。所以就有了不同型号与品牌的数码相机，即使同一地点，同一时间，同样的参数设置，直接出片的效果质量还是有差异的。数码后期处理，只不过是在相机已经处理过的基础上，再用Photoshop等软件进行处理，也就是通常说的“数码暗房”。

我们通过掌握一些基本的后期方法，经过“数码暗房”对作品的一些缺点和瑕疵进行修饰，使其完美并获得提高。使自己的照片更符合自己心里的想法。

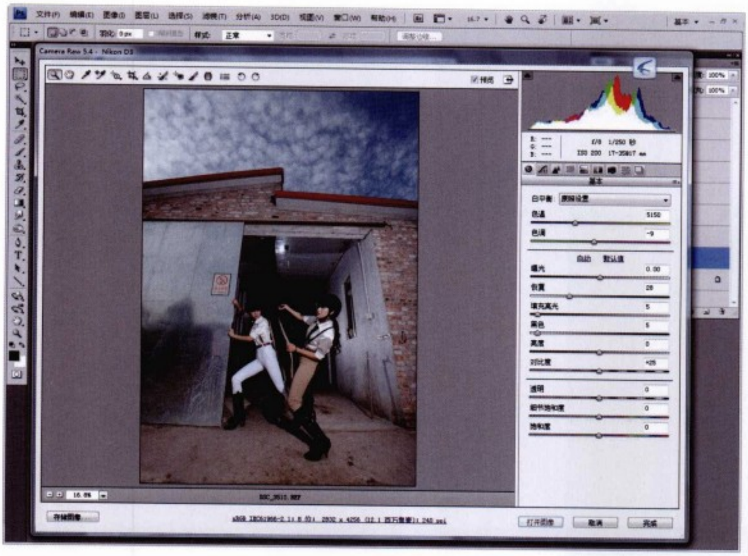
9.1 人像照片后期修饰完整流程

我们先看看这张作品成片和原片的对比。

由此可见，通过后期调整之后，照片无论在色彩层次、气氛营造还是主体细节上都非常突出。现在我们就来一步一步地详细说明操作的过程。

当我们打开一张原片时，首先要学会审视这张片子的每一细节，发现缺陷并找出你想再加工和完善的地方，使其更为完美。例如打开这张片子，文件采用RAW格式拍摄，这样可以方便后期对原片白平衡及曝光宽容度进行调节。

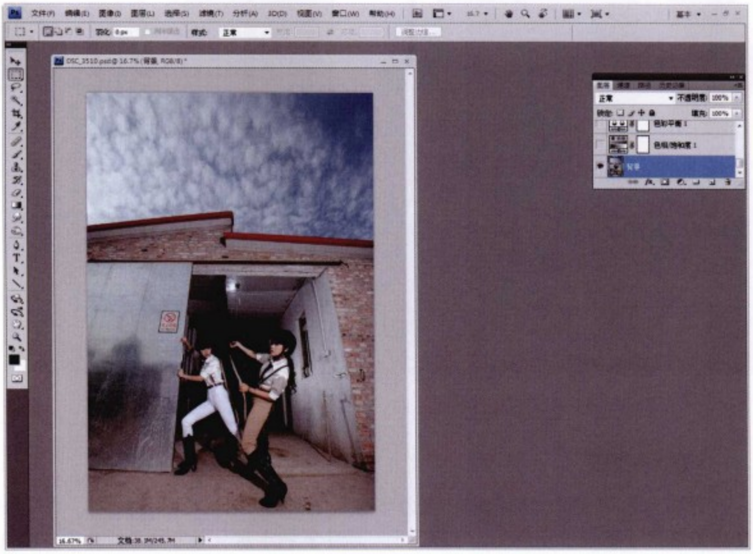
在Photoshop里用自带的Camera Raw的基本设置进行以下调节。参数“恢复”加28、“填充高光”加5，“黑色”加5。这样做可以使片子的色彩高光和暗部细节更为丰富。同时把对比度增加25。见下图。



单击打开图像后，仔细观察此张图片中需要完善和调整的部分。

通过仔细观察，我决定调整以下几个部分：

- ◆ 马厩屋顶过高有点抢视线，不利于人物主体的突出；
- ◆ 现场环境过于杂乱不简洁，影响了主体人物；
- ◆ 原片色彩过于琐碎且显平淡，不太映衬此主题片的情感；
- ◆ 天空细节过于丰富，分散了注意力且光影平淡。

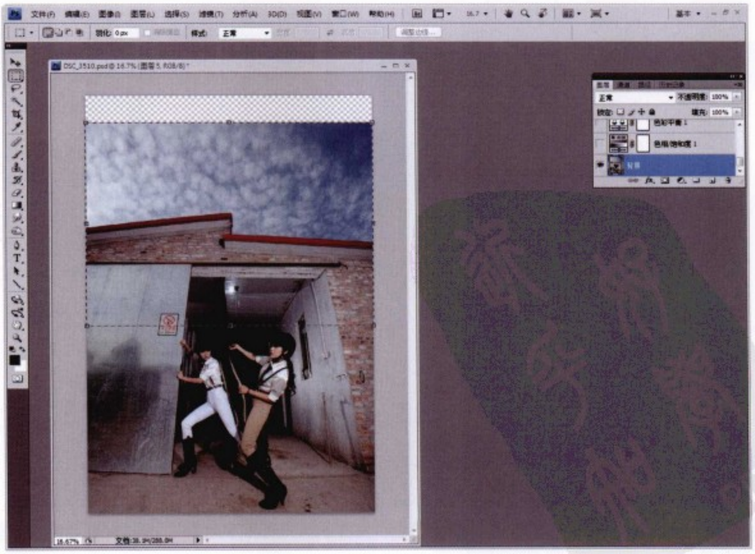


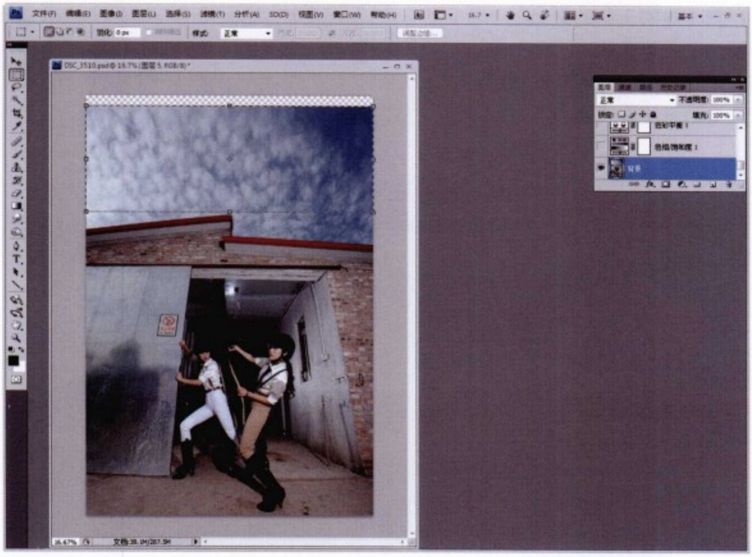
接下来，我们通过Photoshop的各项工具来逐步做出调整。

[改变透视]

第一步，调整屋顶的高度。

先按M键用框选工具框选上屋顶及天空，按CTRL+T调出自由变形工具，对天空及屋顶进行纵向高度压缩。这时要注意框选工具的羽化值要设为0，要不然选择框周边会出现白边。

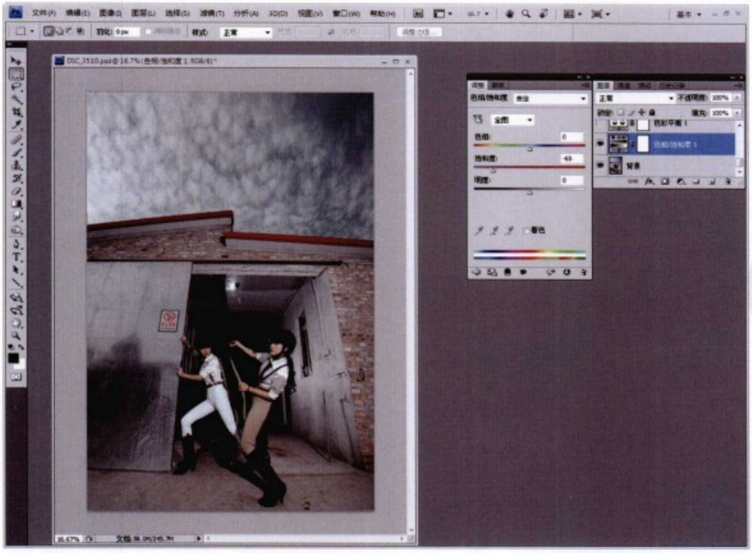




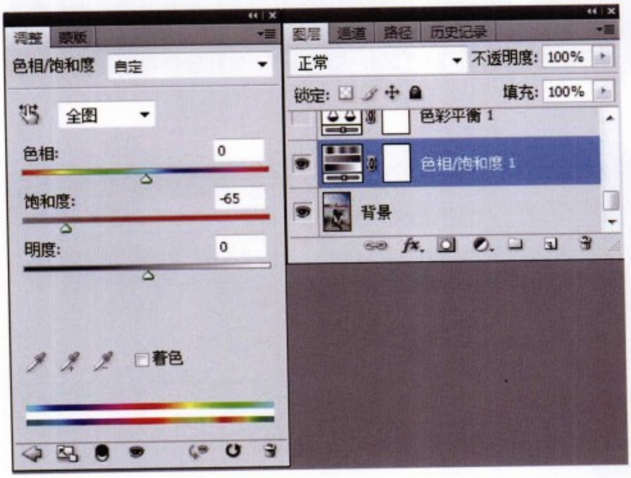
接着再框选天空部分。向上拉伸补上由于刚才压缩而形成的图片空挡，这样就有效地降低了屋顶的高度，增强夸张了透视，并使人物显得更为高大及突出。

[色彩调整]

第二步，调整此片的色彩。因为环境人像摄影，人物永远是主体，而广角镜头在扩大视野的同时，也不可避免地造成片子背景过于杂乱、零碎，而环境色彩的丰富反而分散了此片主体的视觉吸引力。所以色彩调整的第一步是整体减弱环境因素，避免喧宾夺主。个人觉得，后期处理的第一原则就是对于主体一定要强化，对于影响主体或可有可无的构成要素要坚决地去掉。所以首先要做的就是降低环境色彩的饱和度以突出人物。我们按图层面板上的新建图层按钮建一个色相/饱和度调节图层来进行调整。



PDG



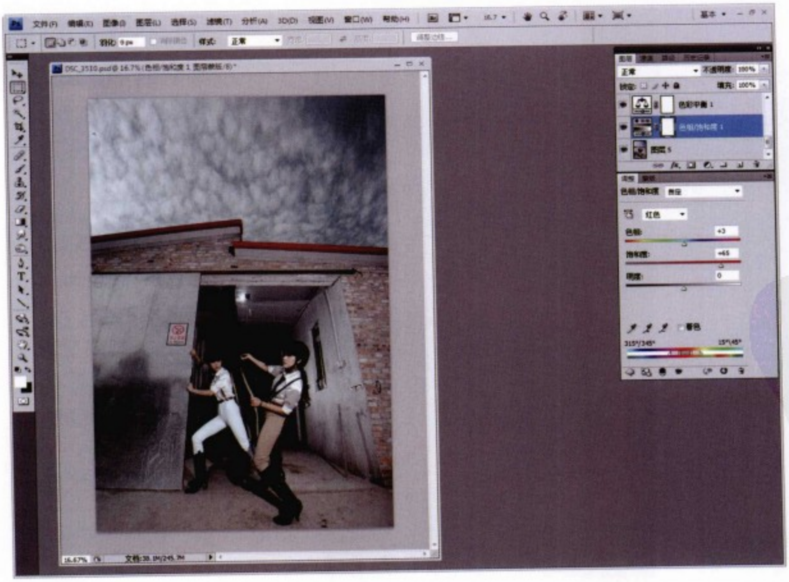
[降低饱和度]

我们把饱和度的值降低了65。这里之所以使用“色相/饱和度”调整图层而不是直接在原片上降低饱和度，是为了以后如果不满意，可以很容易地调节或者恢复这一步操作。

[增强颜色]

由此可见，片子整体饱和度大幅降低，但人物肤色主要是由红黄两色构成，所以在这里可以适当增加人物肤色的饱和度，以突出人物。

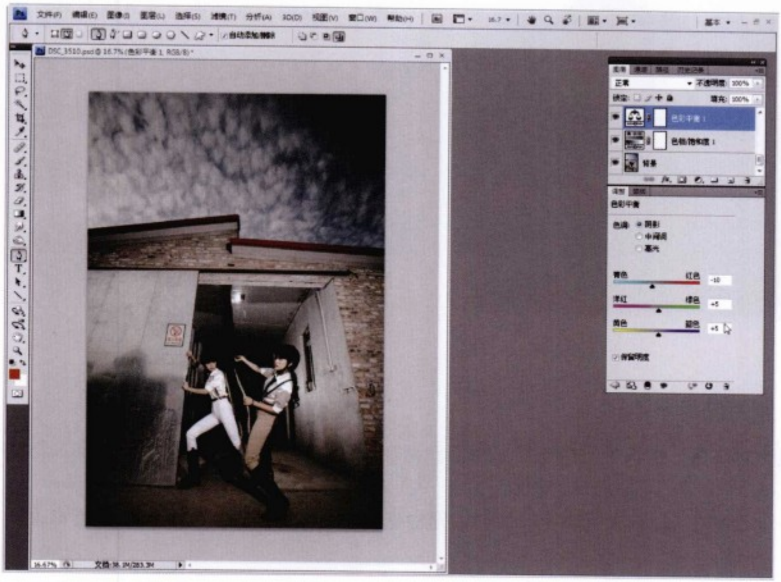
这一步单独调整“红色”。“色相”加3，“饱和度”加65，同时修改底部的“着色”方式，使得色彩改变控制在一个范围内。

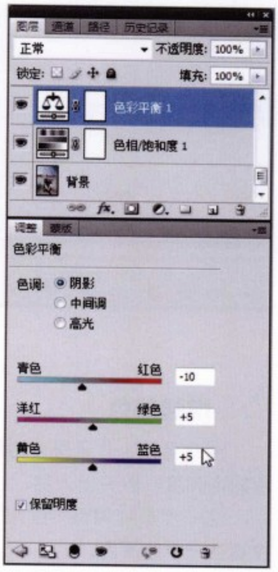


调节色彩平衡

为了更加强化主体弱化背景，我们进行色调分离调整。新建色彩平衡调节图层，对整片色彩分高中低光区域分区调整，对暗调部份进行调整，使其偏青偏冷，并降低亮度与主体人物形成对比。

在“色彩平衡”图层上选择“暗部”色调，然后把红色减10，绿色加5，蓝色加5，这样就使得画面整体色调稍微偏冷。





接下来我们用仿制图章工具和污点清除工具对背景和地面的杂物进行清除，如将水管、脏点、斑痕清除掉。

然后按Ctrl+Alt+Shift+E盖印复制一层背景副本，再将副本复制一层背景副本1，并将叠加模式设为“正片叠底”，将透明度设为“66%”。为背景副本1添加快速蒙版，用画笔擦出人物。这样做是为了压暗背景，让主体显得更为突出。

素材合成

为了更加淡化马厩顶棚无比杂乱的背景，我们决定添加一些烟雾，加强视觉特效。为此我们找到一张以前拍的马路上的蒸汽素材，拖到下图所示之处，并将图层叠加模式设为滤色模式。

叠加蒸汽素材图层，并把叠加模式改为“滤色”。这样可以让背景图层中的深色部分显示出来。

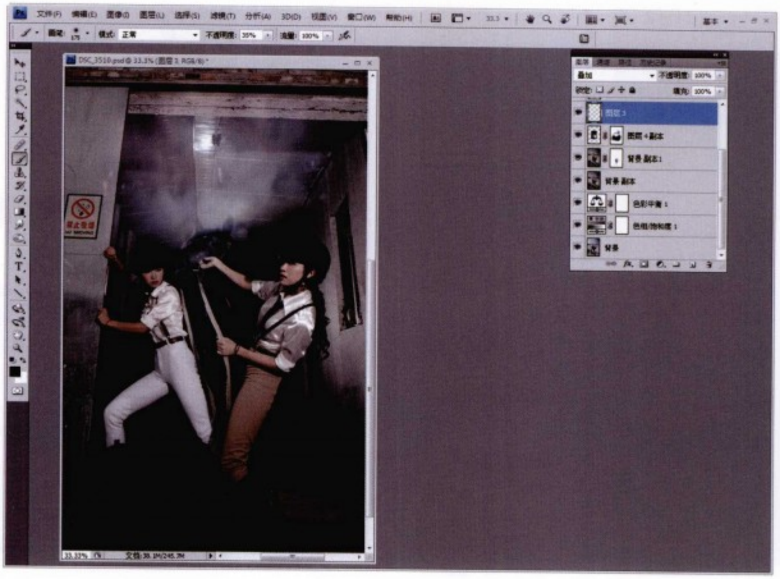
利用蒙版擦出背景

按下图层面板底部的“添加图层蒙版”按钮，给图层添加一个蒙版。选择画笔并将前景色改为“黑色”，画笔透明度设为“35%”，在所示烟雾素材蒙版上擦除遮挡住模特的烟雾部分。

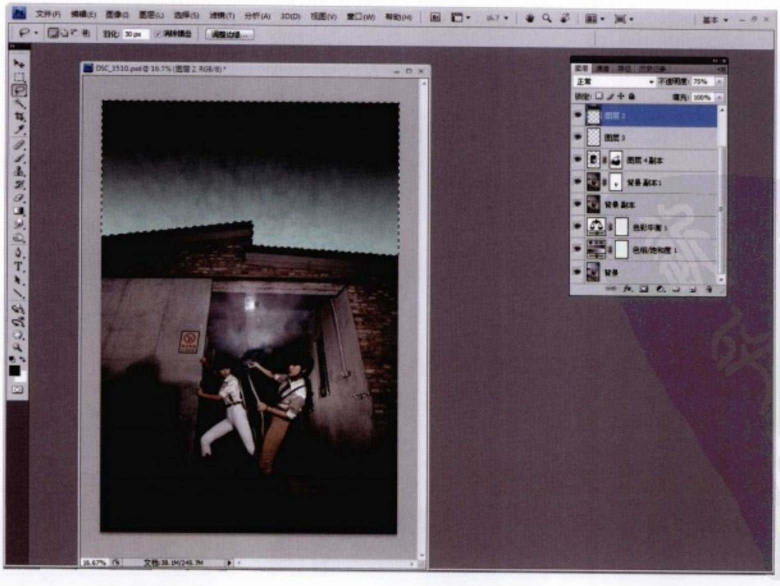
添加图层蒙版并用画笔擦出背景中不需要蒸汽修饰的部分。

[调整局部曝光]

我们观察画面，感觉马脸颜色亮度过深，缺少细节，所以决定增加马脸的亮度以凸现细节。新建图层，将其图层模式更改为“叠加”，调整画笔的大小，并将画笔透明度设为“35%”。对马脸部分进行喷绘，让局部提亮并适当对暗部背景进行压暗。



接下来对天空进行处理。现在天空中的云过于琐碎和明亮，对主体形成了干扰。所以我们用路径对天空进行勾选，并新建一个渐变图层，填上渐变色，并降低图层的透明度以适当透出底纹，并以此对天空进行压暗并减少其层次。



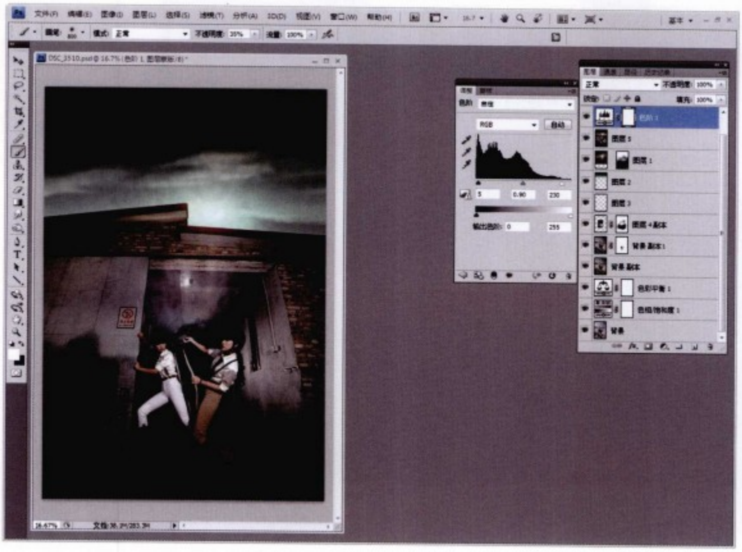
这时候我们再用一个光影的素材来强化天空光线的效果，以增加画面的戏剧性和视觉冲击力。将光影素材图贴入如图所示位置，并将新获得的图层1的叠加模式设为“强光”。

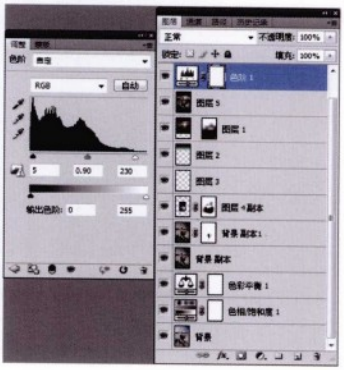
点击图层面板的快速蒙版添加按钮，给图层1添加透明模板，选择画笔调整笔触大小，并将画笔透明度设为“35%”。擦除掉图层1对人物主体和马厩覆盖的部分，并使之与天空过渡衔接自然。

[色阶调整]

至此整张片子基本完成。我们按Ctrl+Alt+Shift+e对所有可见图层盖印拷贝，合并为一个新图层5。观察图片色阶似乎偏灰，我们在图层面板上新建色阶调整层，对图层5进行色阶微调，使其更为明锐。

新建“色阶调整”图层，修改灰场数值为“0.90”，白场数值为“230”，以增加对比度和明锐度。





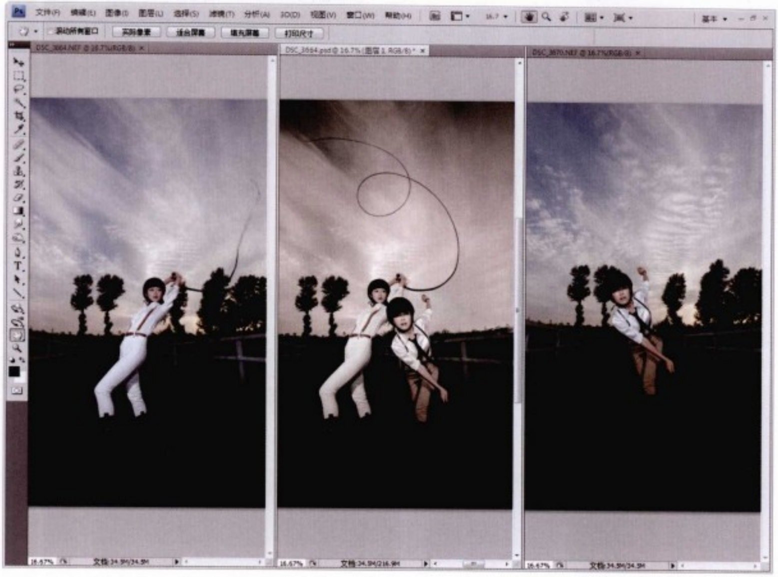
[图像锐化]

最后，对片子按如图所示的数值进行适当的锐化处理，使其更为清晰，方便后期输出。

选择“滤镜”，“锐化”，“USM”锐化，数量“90%”，半径“0.6像素”对图像进行锐化处理。

9.2 人像照片后期图像合成详解

我们现在再来分析此组片子中这张两位模特扬鞭的处理，先看看原图及成品图的对比。



由于画面要求的是两个人组合的动作，但拍摄现场试过多次之后，决定放弃这种一次性拍摄二人组合的方案。因为动作的不协调和道具马鞭的挥舞都可能会伤到模特。另外两人动作在一瞬间都要求同时达到最佳状态也不是很好把握，于是采取了一个个拍摄，然后依靠后期合成在一起的方案。我们重复前一张照片的色彩处理方式，对第一张图片新建色相饱和度调节图层和色彩平衡调节图层以方便对色彩进行调整控制。

首先降低图片的整体饱和度，具体数值为饱和度降低75。

然后提高图片的红色饱和度，红色饱和度加65。

新建色彩平衡调节图层，进行色调分离调整。阴影部分按以下数值进行偏青偏冷调整：红色减12，绿色加6，蓝色加12。

色调分离的中间调部分按偏红偏暖调整，以与暗部形成对比。参数分别为：红色加19，蓝色减10。

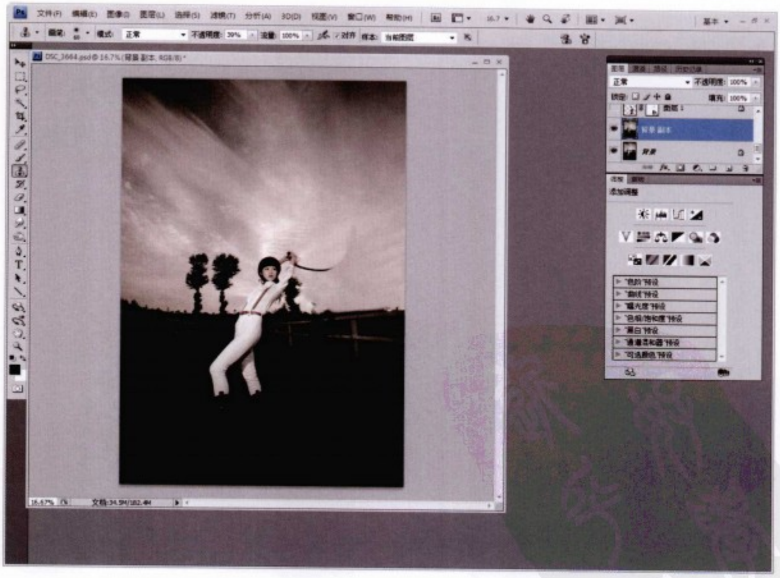
亮部色调调整主要是增强皮肤的红润。数值分别为：红色加13，蓝色减13。

[使用钢笔工具选区]

用PS里的“钢笔”工具勾勒出其中一位模特，并将其移动到另一张图片上。因为都是在同一场景、同一角度、同一曝光条件下拍摄的。所以抠图时不用那么细，边缘部分也能完美无缝融合。

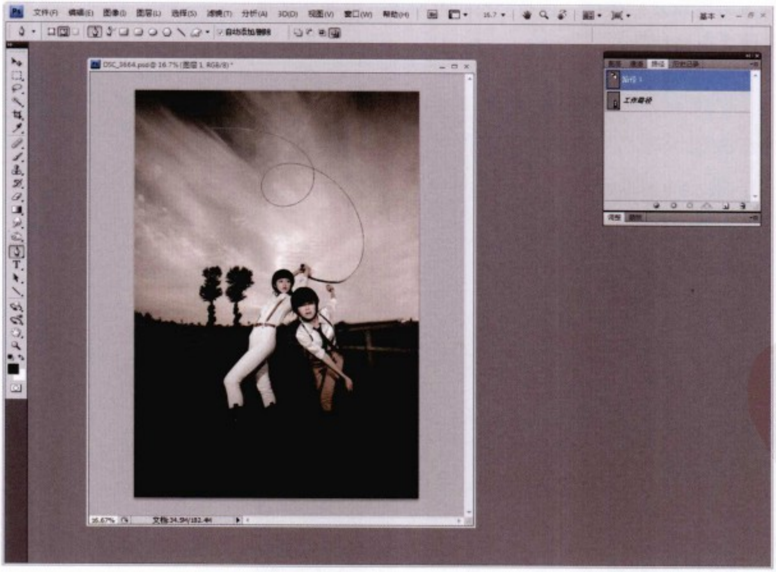
[污点修复]

用仿制图章和污点修复工具对背景进行修整，以使其背景更加简洁干净。



[利用蒙版处理边缘]

将人物移到图片合适的位置并添加快速蒙版，用画笔擦出边缘使之与背景更好地融合。这一步要注意调整使用的画笔直径和透明度，要让其擦出来的边缘过渡比较自然。



[编辑形状]

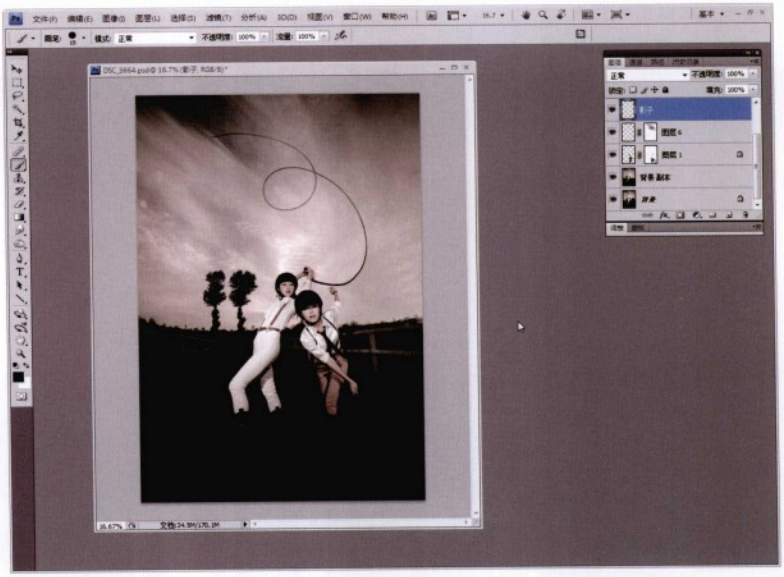
调整到合适位置之后，现在开始对抡起来的鞭子形状进行处理。因为模特力量及鞭子长度的问题，所以优美的鞭子形状必须依靠后期处理才能使其更完美。首先新建一图层，然后按P选择路径工具沿着鞭柄的走向勾出优美的鞭子弧形路径。

先选择画笔，并选择好画笔形状及大小。将前景色选为黑色，然后点按路径面板上的“用画笔描绘路径”按钮，在新建层上描绘出路径弧形。

单击图层上面的添加快速蒙版工具按钮，给刚绘出鞭子弧形的图层添加一蒙版。再选择画笔工具，选择画笔形状及软硬度，还有35%的透明度。给鞭子弧形擦出远近虚实的透视感觉并使之衔接自然。

[增加阴影]

当以上步骤完成后，可以观察到，片中新添加的人物因缺少灯光投射的影子而缺少真实感。这时可新建一个图层，然后用钢笔或套索工具勾勒出大致的影子形状，再用前景色为黑色的画笔，画笔透明度设为20%，按远虚近实的透视原则，按光源投射的方向画出人物的影子。OK，到此为此，此张片子基本大功告成。



现在按Ctrl+Alt+Shift+E为所有可见图层盖印复制一个新层。最后用“USM锐化”滤镜按照数量“83%”，半径“0.7像素”进行加锐输出。至此本片修饰完成。

本组其他照片欣赏

本组作品中的其他照片也采用了和上面教程基本类似的处理手法，包括色彩调整、素材合成、饱和度、曝光调整等。列在下面以供欣赏。

第十章

人像摄影创意

本章作者：赵阳
蜂鸟ID：不给寂寞
蜂鸟人像版版主

2003年毕业于辽宁师范大学美术学院，主修油画专业。毕业后进入影视公司任摄影师和后期编辑师，2005年组建“述而影像工作室”出任摄影总监，往返于北京、大连之间。2007年出任北京麦莎传媒首席摄影师，2007年11月成立苏陌摄影机构，再次出任视觉总监及首席摄影师至今。

2006年被大连市委市政府、大连市文学艺术界联合会列为“重点培养的优秀青年艺术家”。

2007巴黎时装周08春夏时装发布“Jefen”高级成衣，唯一专职中国摄影师。

2007新丝路中国模特大赛总决赛会刊官方指定摄影师。

2007世界模特大赛总决赛会刊官方唯一指定摄影师。

2007年度中国最重要摄影人物“榜中榜”年度人像摄影师提名奖。

2007、2008、2009三届“傲森杯”蜂鸟平面模特大赛总决赛评委。

2009年作品《梦想家》入选大连庆祝建国60周年摄影大展。

我们的世界俨然已经进入为一个图片泛滥的时代，每天我们大量阅读图片，有些时候一张图片甚至在我们眼中不能停留一秒钟。那么怎么让自己的照片，或者说图片更有吸引力呢？怎么能抓住观众的眼球，让他们在自己的照片上停留更久，甚至愿意花一些时间去研究一下你的图片是怎样拍摄成的呢？这恐怕是每一位摄影师或者摄影爱好者都需要考虑的问题。

一张好的人像照片不仅仅是用光巧妙、构图完整、色彩考究，画面的内容其实才是真正吸引人的地方。

如果你没有很好的环境，如果你有的只是一个单调的背景，也没有很大牌的服装，那么怎么才能让你的图片看起来内容丰富，从而抓住观众的眼球呢？我更愿意从图片的内容下手，让自己的图片看起来有更奇妙的视觉效果。而这需要拍摄前期的精心准备和筹划，以及后期耐心的制作。

10.1 素命

[构思]

这组“素命”的构想来自那个卖火柴的小女孩的故事。《卖火柴的小女孩》是丹麦著名童话作家安徒生的一篇著名童话，描写的是一位卖火柴的小女孩在圣诞夜冻死在街头的故事。它深切表达了作者对穷苦大众的同情，希望通过这个故事反映当时残酷的社会现实，也表达了这个小女孩在极端苦难的条件下仍然追求幸福的美好愿望。这组照片，就是希望通过人物的造型、肢体动作、表情以及道具等，来再现童话中的动人故事。

[造型]

有了大概的拍摄思路，就开始着手准备服装和道具了。为了整个画面的色彩看起来统一，强调孤独感，所以服装造型上完全以白色为主，白色的半透明丝网上衣和白色半透明丝袜，穿在模特身上很好地迎合了素色的主题，又将模特的好身材凸显出来。为了增加服装的时装感，我们在上衣部分加了三道带子，作为肩章和胸襟，这样的服装也多了一些时尚元素。再给模特搭配一双芭蕾舞鞋和一个纱质的小裙子，使整个造型更富优雅的舞台感。

考虑到模特的黑发可能会成为画面中最重的颜色，为了协调素描关系，使整体造型统一，于是将模特的头发用染色剂部分染成白色。另外考虑到使用顶光拍摄和模特较黑的肤色，脸部容易曝光不足，形成较大面积的阴影，于是在面部造型中使用全白妆容，并用绵纸连接头发和脸部色彩，使之保持均匀过渡，不至于光影突兀。

[道具]

道具是摄影中为了美化和丰富画面、烘托气氛的一些物品，道具可以是生活用品，也可以是装饰品等。道具在画面中是用来衬托主体的。人像摄影中的道具选择一定要符合主题，在色彩上要符合画面的整体色调。

为了渲染整个画面的气氛，增加画面的层次关系，还需要增加一些小道具。于是我们把复印纸剪成一堆碎片，在拍摄的时候通过风扇吹入画面，包围在模特周围，纸屑上下左右地翻飞，打光之后形成不同亮度的灰色，很好地达到了渲染气氛、增加层次的目的。

[用光]

模特的服装和造型解决了，那么下一步就是布置灯光，营造黑夜中天堂之光的效果。这次使用了顶光加柔光箱拍摄，柔光箱的光线柔和，又相对发散，在这种只使用单灯的情况下，被照主体受光面和背光面反差不至太大，能很好地保留暗部细节，发散的光也能让周围的背景环境不至于死黑一片。周围都是高反光的白色背景，所以即使只用顶光，也不需要额外补光了。

顶光的效果，从这张照片中可以明显看出来。人物的投影在正下方。模特抬头仰望天空，上方投射下来的光给人一种象征着光明的感觉。后期为了平衡画面效果，加了一对羽毛的翅膀。

[拍摄过程]

拍摄模特的时候需要先让模特知道自己需要干什么，然后应该怎么去做。为了达到摄影师心中预想的动作姿态，需要反复地配合和研究，细微到手指的方向，或者是裙摆飞舞的形状，以及纸屑飘动的位置，这些都需要所有工作人员的共同配合、通力协作才能做好。

有些非常难控制的因素，比如模特并不是学习芭蕾舞的，无法用脚尖站立太久，又比如纸屑总是飞舞不到位，这些都只能留给后期了。但千万不要以为后期是万能的，没有好的素材是不容易制作出理想的图片的，所以一定要拍够所需要的素材，这样才能在后期制作的时候减少难度，达到理想效果。

[总结]

因为前期策划和拍摄都做得很细致，所以后期的工作量也就相对少了很多。通过调整整个画面的色彩，使之保持在一种灰调子里，并配合顶光，营造出一种压抑的气氛。色彩上使用大面积的灰色，但也要强调色彩的冷暖关系，大部分灰色里蕴涵着暖黄色，和亮部整体的冷白色形成总体色彩的冷暖对比关系。也更衬托了人物挣扎过、放弃、又重新期待美好的情绪。

>> 10.2 我们都是梦想家

这组照片的主题是“我们都是梦想家”。

[构思]

这组照片主要的拍摄意图是想要表现各种不同类型的人物。通过人物的服装、造型、姿态、动作等，再加上背景的一些处理，达到预期的构思。大部分的内容在拍摄前都经过了充分地考虑和策划。但也有些时候，灵感是需要在实际拍摄过程中寻找和发掘的，这组照片就是一个实例。

拍摄中主要是想把服装表现好，所以所有的东西都要跟着这个形式感走。

照片中，模特变成了一个天使，身后的影子里出现了一对展开的翅膀和头上的光环。后方是一座远方的城市，天空中还飘动着一些云彩。整个画面就好像一个美丽的天使飞临城市上空，并静静地俯视着这座城市。

造型

造型方面，当时和化妆师交代，因为形式感很强，所以不想把头发散开，扎辫子头发又有点短，所以就用了这样一个假发，感觉像蘑菇头这样的。有点类似卡通人物，非常符合最初的设计目标，感觉也比较干练，更重要的是造型不会抢了要表达的主体构思。

道具

这组照片里的动作都比较夸张，包括后期处理也是，但是当初后期没有想这么多。拍摄的时候拍了一些动作，模特手里拿了几个道具。因为只有一个人物显得太单调了，所以就找了一副很夸张的眼镜，然后觉得手里有点空，就找了一个小包拎着。这样做可以比较好地配合人物的动作，同时让整个画面的视觉元素更加丰富。

像这张，她拿着一个东西，闭着眼睛，像是在静静地聆听。于是就把后面的影子变成一副耳机，又加上一些音符，感觉模特正在静静地欣赏音乐中。

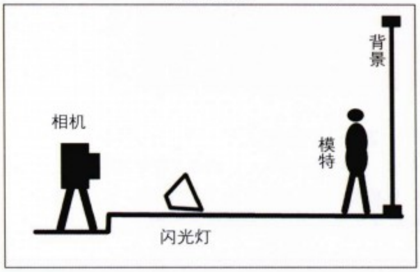
就像这张，模特手里拎着一个包，似乎在瞭望什么。我们就把她想象成一个护士，背景的影子里模特手中的包变成了一个药箱，画面左侧还加了一些注射器、剪刀之类的医疗器械。

[用光与色彩]

拍摄的时候在左边打了一个加了蓝色片的灯光，然后前面有一个地灯直接打过去，灯光很简单。因为这种形式感很强的东西，最需要的是衣服要干净，其他的都无所谓，画面干净就可以了，这样便于后期往上加东西和处理。衣服的蓝色就是从灯的色片来的，衣服本身是白色的。因为本来就是一个黄色的背景，如果一个黄色一个白色，感觉有点单调，然后就加了一个蓝色，这样颜色显得比较跳，一个冷色调一个暖色调，这样一下子就能把这个衣服凸显出来。

这张当时改的次数比较多，因为开始没想好从口袋里拿出来的是什么。后来就想把她想象成一个魔法师，这样从她的口袋里拿出来的应该是很奇妙的东西，但是具体拿什么谁也不清楚，只能往那方面想。开始画的是发光效果，后面画的城市也不太满意，但是有一个很好的想法就是把人的腿这部分的影子去掉了，就好像漂浮在空中一样。魔法世界的城市要有童话般的感觉，需要城堡、诡异的十字架、月亮之类的东西。后来把从袋子里抓出来的东西改成了蝙蝠。蝙蝠的个数、形状、飞行的路线都要配合整个画面。虽然最初拍的时候没有考虑得这么仔细，但是后来整体做的时候，所有加的东西都必须符合这个主题。

拍摄平面图



拍摄时的平面示意图。从图中可以看出背景、模特、相机和灯光的相对位置。

拍摄过程

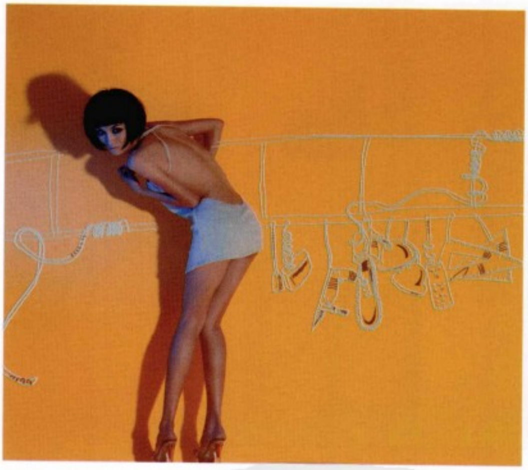
拍的过程比较简单，就是按照预期的构思直接来拍。拍的时候首先要让模特进入拍摄状态。当时还没有想到后面要加一些城市之类的东西，但是当时的一个模糊的概念就是后面一定要加东西，所以她的所有的动作一定要感觉是带点内容的。就是不能像拍唯美照片那样，不能是特别甜美的那种感觉。

这张照片中模特变成了一个芭蕾舞演员。画面右下方有一个留声机，上面是一个吊灯。但是这些东西不是画出来就行的，因为吊灯的感觉是要让它晃起来，要有动感，因此画的时候，吊灯底下这些小吊坠之类的就得变换各种角度出来，所以它的形状很重要。画面中的人物是斜线构图，也有一种动感在里面。这些都是为了配合人物的角色。

影子的作用

值得一提的就是画面中的影子，这个影子很重要。当时用那个地灯就是为了打出一个很漂亮的影子。要不然也很容易显得单调。就是说一个画面里有一个人和影子就觉得像两个人一样，就不是一个人的感觉，能够体现层次感。后期做的时候也充分考虑了这个影子。当时找了一个设计师帮忙画的这个背景。开始画的时候设计师说打算赋予人物另外一个角色，我觉得这样挺好的，于是让她就这么画。根据每一个图，它的动势，想象它可能会成为怎样一个角色。确定这个角色之后，就决定了后面要加的是什么东西。

这张也改过几次，最开始是一个空姐的造型。场景是登上飞机之前的样子。但是这样画比例关系不对，底下是城市，飞机在天上飞，这样人就显得比例不协调。后来就变成了一个匆忙的旅行者，拎着旅行袋，行走在城市中。



这张有点不太好表现，就在人物头上直接加了一顶帽子，好像一个工地的工人。背景加了一些墙上挂着的工具之类的。

总结

所有的这些东西都是经过设计，然后进行修剪，不是说你有想法，然后硬往里放就可以。

在创意的实现过程中，所有最好的元素，组合在一起未必能得到最好的结果，而是需要将最适合的元素组合在一起，才能达到预期的效果。

10.3 落夜·梦的光辉

这组照片的主题是《落夜•梦的光辉》。

比如这张照片，模特双脚离地跳起，因为身体的动作非常舒展，面部表情很放松，同时衣服和头发的飘动也很自然，使得看上去人就像漂浮在半空中一样。

[构思]

这组照片最开始的想法是拍摄一个关于梦的主题，整个画面都是失重的感觉。有了这个想法以后就需要找一个合适的人来表现它，于是就想到了找一个舞蹈演员。因为要达到失重这样的效果，需要有一个对自己身体控制好的模特才行。舞蹈演员比较善于跳跃，如果是普通人跳起来就没有这种感觉。

服装和造型

服装方面是这么考虑的，梦里面不需要很多花花绿绿的东西，只要一个简单的白裙子就行，这样那个白裙子飘起来以后会增加一些画面的效果。所以就找了这样一件白色的裙子，当时对它的要求一个是要白色，另外一个是半透明，再有一个是不能太长，因为太长的话跳起来之后腿部线条就没有了。而且因为裙子面积越大，跳起来之后会有很多不确定因素，不好控制，所以当时就找了一条短点的、长度在膝盖以上的。这样跳起来之后既不至于穿帮，拍出来的效果又比较好。

头发就比较随意了，只需要一个散开的样子，这样跳起来会好看一点。但是在拍摄过程中，因为头发有点太长了，跳起来的过程中还要甩头发，这样有时候头发就不知道甩到哪里去了，比如会挡到脸之类的，这也是一个问题，造成重拍的次数很多。幸好模特是个舞蹈演员，不然换个人，下一次跳起来可能就不是这个样子了。而且模特跳起来之后面部表情比较放松，很符合梦中人闭着眼安详的表情。当然也有几张是睁眼的。

拍摄的时候，地上有一个垫子，模特就是不停地跳，并没有用绳子吊起来之类的。从这张图中可以看出来是模特跳在半空中的时候抓拍的。

[道具]

最开始拍的时候是没有拿树叶的，只有最后两张是真正带树叶拍的，而且是最后拍的。拍到后来，感觉只有人就这么跳，画面还是显得有点单调。正好旁边有一个道具枯树枝，就拿过来拍了两张试试。拍完发现出来的层次效果很好，因为它有很多叶子，光打在上面，反射的光线不一样，觉得很有层次。然后就单独拍了很多各种各样的树枝。包括枝条、叶子，从上面洒下来、在下面用风吹等，准备用来作为素材。

树叶的形状也是根据画面的构成选择的。模特是怎么跳的，应该在哪里加树叶，加什么形式的树叶，都要先拍出来，然后才能往上合成。零散的树叶也拍了很多，各种下落、上升的感觉，需要拍出各种形状，才能往上合成。

人物跳的时候，要注意裙摆和头发。这两点不太好控制，就需要反复地跳，跳之前要交代好尽量表现得什么样，腿部用不用力会影响到裙子飘起来的形状。

这些都是在拍的过程中摸索出来的，刚开始拍的时候也没完全考虑到。

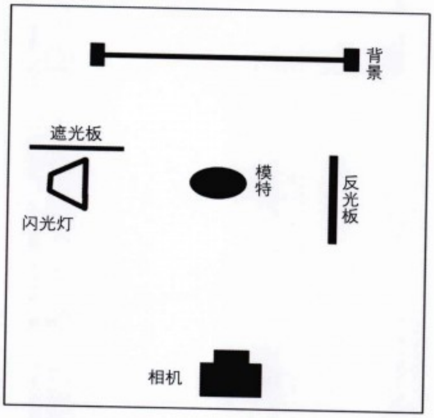
拍的时候如果光是跳，裙子和头发也不至于飞起来那么高，所以就有人在下面吹风，在人物的正面下方稍微斜一点的位置，离得很近，几乎就是在脚下，用一个风扇向上吹风，主要是吹头发。

这个风扇也很难控制，又要吹到头发，又不能把裙子吹起来。风扇离得太远，效果不明显；离得近了，从下面首先吹到的就是裙子，所以特别难把握。

用光与色彩

用光方面，因为这个系列想要一个全黑的背景，所以就用了一个侧面的光，加了柔光罩，并限制了光发出来的方向，尽量向一个方向发出。还用了一块遮光板，放在灯和背景之间，防止光打在背景上。在另一侧加了一个反光板，这样不至于太暗。

拍摄平面图



此图就是拍摄时的光位图，从中可以看出机位、模特和背景的关系，闪光灯、遮光板和反光板的位置。

背景也没有用纯黑的背景，而纯粹是靠距离（深度）把它压黑，因为后面没有光。这样做比用黑背景有一个好处就是，如果真的用黑背景，这样光打过去就完全是死黑的，用现在这种方法，光打过去，背景实际上是深灰色的，而不是纯黑的。要是纯黑的，人就像是贴在上面的感觉。仔细看照片，会发现背景不是真正的黑，这样比用纯黑背景透气感要好一些。拍摄的机位基本和模特平行。

关于在跳起来的瞬间按快门的把握，按照一般在影棚里拍照的条件，快门同步速度是1/125s，不足以把人的动作定住。这样的话摄影师就应该把握这个瞬间，要在最高点的时候按快门，这样才能把人物的动作定住。拍的时候尽量用高速度，比如1/200s，虽然可能会造成影室灯不同步，但是一般只是稍微有一点影响。而且人跳起来的时候会有一点滞空的时间，我们就抓住那个点就可以了。当然好的影室灯能达到更高的同步速度，比如1/500s。

还有一点，需要提前对焦，在人还没有跳起来的时候对焦到她的脸部，然后锁定焦点拍摄。因为在棚里拍摄用的光圈比较小，比如f/11，景深很大，所以即使跳起来的时候焦点没有在脸上也没有问题。如果跳起来再对焦就来不及了。

10.4 游戏人物

构思

这是为一组游戏栏目拍摄的照片。要表现的是一些童趣的东西。另外就是要表现得活泼、可爱，要符合游戏人物的形象。所以拍摄之前在人物的服装造型、道具和背景方面做了一些设计，设想了一下符合主题的场景。

服装和造型

因为要拍的有两个模特，所以在服装造型方面，就想有一个黑色的，一个白色的。在造型上要一致，又要有对比。关于服装，两个人都选择了比较有童趣的T恤，还有都是黑色的短裤，这样显得比较时尚。但是差别在哪里呢，她们俩一个人是黑色的鞋子，一个是白色的鞋子；相反，一个白色的帽子，一个黑色的帽子。因为她们两人经常要一起出现，所以她们俩一定要有些差别，但是两个人又不能不一致。比较遗憾的就是没有找到合适的白色袜子，所以就找了一双绿色的，相对颜色比较浅的袜子。

从这张构图简单的照片中可以明显看出，两位模特在服装造型方面既统一又有所差别的特点，两人相互衬托，相得益彰。

[道具]

要表现游戏中的人物，一些比较童趣的东西，所以当时从麦当劳拿了两个气球。还有就是模特手里玩的游戏机了。

这张照片里的那个黄色的气球是一个亮点，没有它，整张照片就会显得单调乏味，缺乏吸引视觉的东西。

[场景选择]

拍摄地点在首钢，当时感觉拍摄主题是游戏，所以画面颜色要鲜艳一点。因为选的服装颜色比较素淡，所以要找一个带颜色的墙和绿树，还有光影斑驳的地方。特别是要找一个有大块纯色的背景，然后用光影来增加背景的变化，因此就找到这么一个地方。

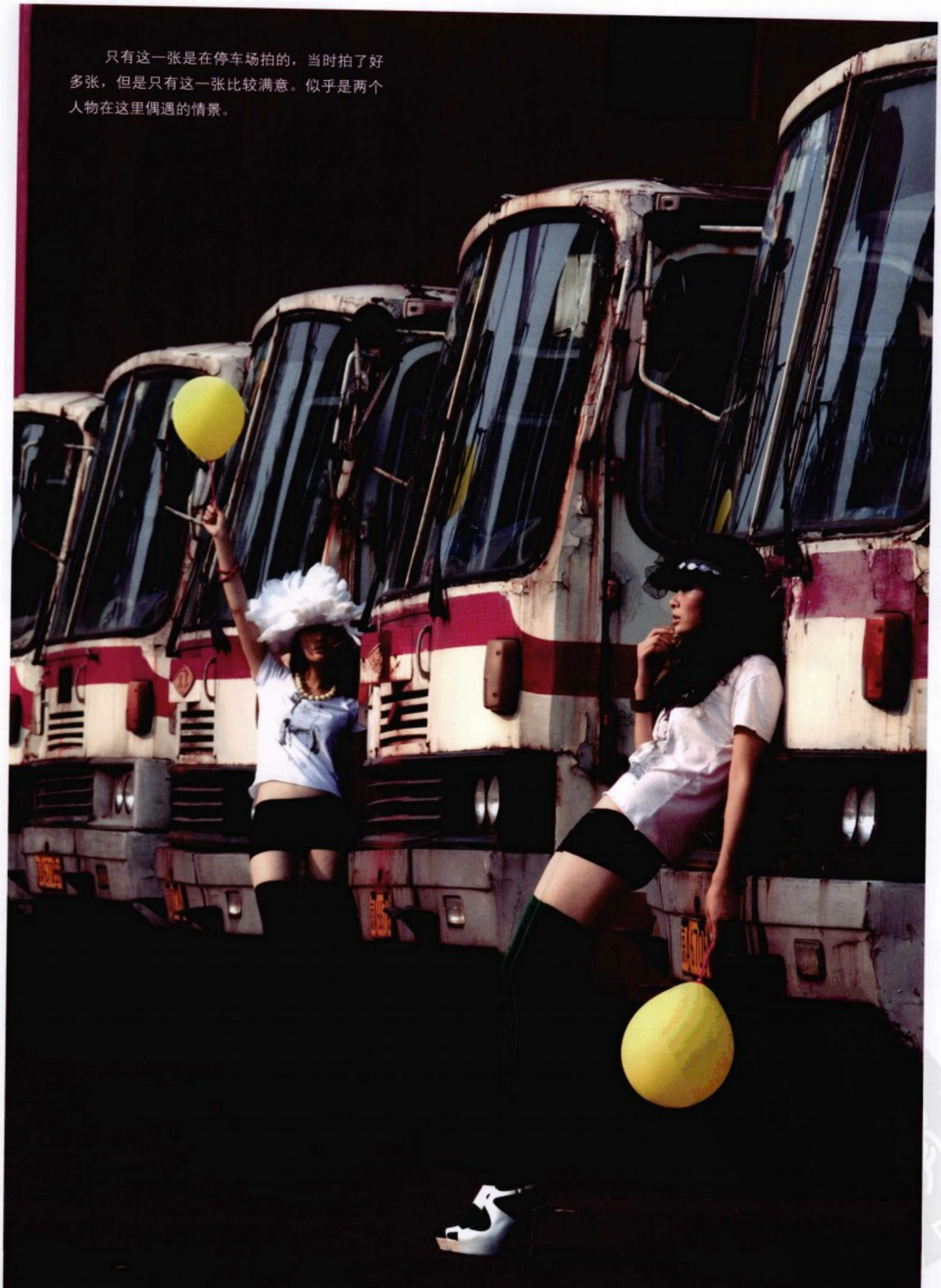
PDG

这面墙壁被刷成了红色，有些地方还有喷溅的白色涂料，整体色调显得明快又不单调，正好和模特的服装形成对比，又比较符合游戏人物的主题。

[拍摄过程]

因为画面色彩的需要，大部分照片都是在这面红墙附近拍摄的，只不过变换了一些位置和不同的造型。

照片中一个模特手握游戏机，两人同时眺望着远方，神情似乎充满好奇。身体向前迈出一大步，又像是要出发的样子。很像游戏中人物的出场画面。



只有这一张是在停车场拍的，当时拍了好多张，但是只有这一张比较满意。似乎是两个人物在这里偶遇的情景。

PDG

[色调与后期]

这组片子的特点就是色调比较鲜艳，但又不是特别饱和的那种。

关于色调，在后期的时候发现，如果颜色太鲜艳的话会觉得比较俗，所以在照片暗部加了一些紫色，在亮部加了一些黄色，这些都是在PS里通过调色实现的。因为紫色和黄色是一个互补的关系，两种颜色一起作用，就可以把整个片子的颜色压下来。中间色调还是红色，但是这时候已经不是纯粹的红色了。如果单独拿出来肯定感觉不是红色，但是在这里感觉它就是红色。

这组片子主色调是红色，那么所有的颜色里都有红色的成分。这样画面才能控制在一个色调里面。如果都用纯色，会显得对比太强烈，画面效果不好控制。

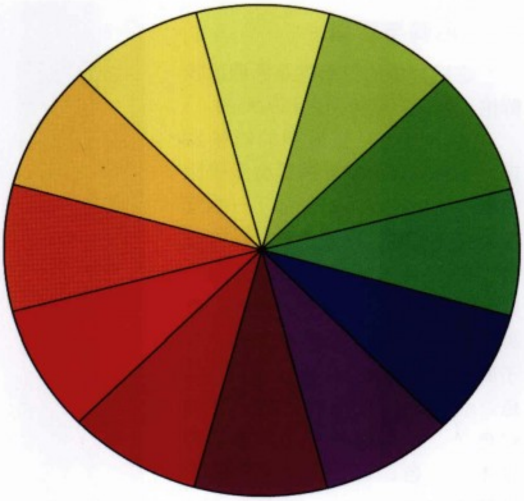
摄影爱好者后期修片的时候也要注意色彩搭配的问题，比如原色、间色、补色等，这些是什么关系，它们之间是怎么对应的，又是怎么相互影响的，这些都需要了解。这样调色的时候才能知道该往哪个方向调。

因为补色是对比最强烈的颜色，在色轮里正好是相对的。用好了对比会非常强烈，用不好就会发灰，因为两个补色叠加的效果就是灰色。当然也不是说灰色效果就不好，要看它用在什么情况下。

如果是色轮上相邻的两种颜色，那它们用在一起过渡会比较好，特别是在人的视觉上会产生一个自然的过渡。

为了这组照片，找了一点游戏的元素，第一个是色彩要绚烂一点，但是又要沉稳一点，另外是造型有差别又要统一。

后期基本上只调了颜色，还有人物形象稍微做了一点改动。为了符合游戏人物的一般造型，比较卡通的感觉，动作相对来说比较形式感一些。



色轮示意图